

UNIENDO FRONTERAS INTERGENERACIONALES DESDE LA RECONSTRUCCIÓN DE
LOS SABERES ANCESTRALES CAMPESINOS



AIDALID NIETO SUAREZ

UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN POPULAR
POPAYÁN
2021

UNIENDO FRONTERAS INTERGENERACIONALES DESDE LA RECONSTRUCCIÓN DE
LOS SABERES ANCESTRALES CAMPESINOS

Trabajo de grado presentado como requisito para obtener el título de

Magister en Educación Popular

Línea de investigación – Procesos Interculturales

AIDALID NIETO SUAREZ

DIRECTOR

Mag. HAMILTON USEDA SÁNCHEZ

UNIVERSIDAD DEL CAUCA

FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN

MAESTRÍA EN EDUCACIÓN POPULAR

POPAYÁN

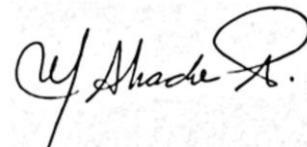
2021

NOTA DE ACEPTACIÓN



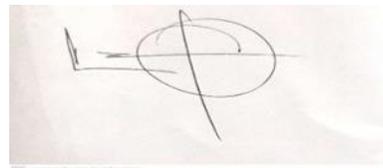
Director: _____

Mag. HAMILTON USEDA SÁNCHEZ



Jurado: _____

PhD. MAGDA ALICIA AHUMADA PARDO



Jurado: _____

Mag. RIVER ADOLFO ORDOÑEZ GÓMEZ

Lugar y fecha de sustentación: Popayán, 25 de mayo de 2021

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por permitirme culminar esta meta con éxito.

A mi padre José Denis, hermanos Luz Enid, Alexis, Damaris por su apoyo, compañía y ser parte de este proceso.

A Eyder Favian Conú por su apoyo y comprensión.

A Hamilton Useda Sánchez por su apoyo, orientación, compromiso, y por permitirme ser mejor cada día y encaminarme en esta labor como educadora popular, muchos retos me deparan, gracias por la confianza depositada en mí.

A mis amigos de la maestría, con quienes compartí maravillosos momentos de risas, conversaciones, aprendizajes y reafirmar que la Educación Popular es un proceso que conlleva a grandes transformaciones.

A la Institución Educativa Agropecuaria Máximo Gómez, por posibilitarme el espacio y las condiciones para llevar a cabo este proyecto de investigación, y a cada uno de las estudiantes que hicieron parte de este proceso, resalto su compromiso, respeto y aporte a este trabajo.

A las mujeres sabedoras: Orfilia Arce, Edis María Díaz de Velasco, Lucerina Ríos, Norma Constanza Velasco, y Ana Dilma Pechene, oriundas del Municipio de Morales quienes en este caminar compartieron sus saberes con respeto y responsabilidad.

*A la memoria de mi amada madre Fénix Suárez Torres,
mujer esforzada y valiente, sus enseñanzas seguirán siendo
un imperativo en mi vida.*

TABLA DE CONTENIDO

<u>INTRODUCCIÓN</u>	9
1. <u>RAÍCES EN EL TIEMPO</u>	12
2. <u>TEJIDOS CONCEPTUALES</u>	29
2.1 <u>Dialoguemos sobre Educación popular</u>	29
2.2 <u>El diálogo intergeneracional y la concienciación</u>	31
2.3 <u>El diálogo de saberes, saber popular y contexto</u>	38
2.4 <u>Las plantas medicinales</u>	44
2.5 <u>Plantas medicinales y sabor casero</u>	50
2.6 <u>La educación y plantas medicinales en la escuela</u>	53
3. <u>VOCES DE ELLAS</u>	58
3.1 <u>Recorriendo el patio de la casa de las sabedoras campesinas</u>	62
3.2 <u>Cultivadores de saberes y sabores moralenses</u>	64
3.3 <u>Sana alimentación</u>	94
4. <u>CULTIVANDO SABERES EN CASA EN TIEMPOS DE PANDEMIA</u>	97
4.1 <u>Plantas medicinales y Covid 19</u>	104
5. <u>LA RUTA SEGUIDA</u>	107
5.1. <u>Educación popular y procesos interculturales</u>	113
6. <u>CONCLUSIONES</u>	117
<u>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</u>	121

LISTA DE FOTOGRAFÍAS

1. Mapa de departamento del Cauca, focalizando el municipio de Morales.....	21
2. Fotografía N° 1: Socialización de propuesta a padres de familia	60
3. Fotografía N° 2: Limpieza del terreno.....	61
4. Fotografía N° 3: Plantación en el patio de la señora Lucerina.....	66
5. Fotografía N° 4: Plantación de la señora María Edis	68
6. Fotografía N° 5: Plantación del patio de la casa de María Edis	71
7. Fotografía N° 6: Plantación del patio de la señora María Edis.....	72
8. Fotografía N° 7: Plantada en el patio de Aidalid Nieto	73
9. Fotografía N° 8: Plantación del patio de la estudiante Kelly Zambrano. Grado 9-1.....	74
10. Fotografía N° 9: Plantación en el patio de la señora María Edis	75
11. Fotografía N° 10: Plantación en el patio de la señora María Edis	76
12. Fotografía N° 11: Plantación en el patio del estudiante Kevin Gómez. Grado once	78
13. Fotografía N° 12: Plantación en el patio de la señora María Edis	78
14. Fotografía N° 13: Plantación de la casa de la señora Lucerina Ríos.....	81
15. Fotografía N° 14: Plantación en el patio de Aidalid Nieto.....	83
16. Fotografía N° 15: Plantación en el patio de Aidalid Nieto	83
17. Fotografía N° 16: Plantación en el patio de la señora María Edis.....	84
18. Fotografía N° 17: Plantación en el patio de la casa de Aidalid Nieto	86
19. Fotografía N° 18: Plantación en el patio de la señora Norma Velasco.....	87
20. Fotografía N° 19: Plantación de la señora Maura Suarez.....	88
21. Fotografía N° 20: Plantación en el patio de la señora Lucerina Ríos.....	88
22. Fotografía N° 21: Plantación en el patio de la señora María Edis	89
23. Fotografías N° 22: Proceso de plantación de la estudiante Kelly Johana Zambrano del grado 9-1.....	97
24. Fotografía N° 23: Receta medicinal de la estudiante Kelly Johana Zambrano.....	98
25. Fotografías N° 24: Proceso de siembra de la sábila, estudiante Daniela Tunabala de grado 9-2.....	100
26. Fotografía N° 25: Poema a las plantas medicinales por Daniela Tunabala 9-2.....	101
27. Fotografías N° 26: Recetario de plantas medicinales. Yesica Calambas de grado once..	103
28. Fotografías N° 27: Proceso de siembra de apio. Yesica Calambas grado once	104

RESUMEN

Este trabajo de investigación presenta las voces de mujeres sabedoras pertenecientes al municipio de Morales – Cauca y el trabajo desde casa de las estudiantes pertenecientes al mismo municipio de la Institución Educativa Agropecuaria Máximo Gómez de la zona rural, alrededor de las plantas medicinales y de forma simultánea mi proceso de aprendizaje en la medida en que escribo cada línea de este proceso, analizo y siembro plantas medicinales en mi hogar, como una forma de descolonizar el saber, fortalecer nuestra identidad como campesinas moralenses y hacer resistencia frente a las industrias farmacéuticas que cada día invaden nuestros espacios. Se parte desde los principios de la Educación Popular mediado por el dialogo de saberes, el diálogo intergeneracional reconstruyendo y apropiándonos de los saberes populares, prácticas que conlleven a la emancipación de todas las participantes y posteriormente a muchas más comunidades.

INTRODUCCIÓN

Históricamente Morales fue considerado como un municipio cafetero, de gente trabajadora que construyó una educación relacionada con valores campesinos para sus hijos e hijas e incentivando a los jóvenes a ingresar a las universidades, sin embargo, quienes tenían esa visión eran las personas que vivían en la zona urbana, los y las campesinas años atrás veían muy lejana esa posibilidad.

Todo esto se menciona porque desde el año 2006, con la llegada de personas provenientes de la zona sur del departamento del Cauca en el municipio se empezó a sembrar cultivos de uso ilícito, desplazando las formas de vida originarias de los y las campesinas, todo ello, infortunadamente ha traído consecuencias donde los habitantes son objetos de amenazas, persiste el desplazamiento, asesinatos y prima el control psicológico infundado desde el miedo a los pobladores que poseen una visión diferente.

Bajo estas problemáticas de violencia se enmarca el municipio, no obstante, desde las prácticas pedagógicas emancipatorias y descolonizadores se pretende sembrar semillas de esperanza, de identidad en los pobladores, revalorando el papel de los y las mayores, desde y con las plantas medicinales donde el diálogo intergeneracional y conocer el contexto es fundamental en este caminar.

El presente trabajo en el primer apartado presenta un recorrido por la historia desde tiempos antiguos hasta hoy siglo XXI alrededor de las plantas medicinales que es uno de los ejes fundamentales en los que se mueve esta investigación, contextualizamos al municipio de Morales, economía, formas de vida y la Institución Educativa que forma parte este caminar.

En el segundo apartado, se resalta la Educación Popular y los principios que la enmarcan y dejan ver el pensamiento de su máximo exponente: Paulo Freire, además de otros pensadores populares que han considerado la educación desde otras miradas, desde sus experiencias y que de una u otra manera dejan entrever la figura de opresor – oprimido estableciendo relaciones de poder.

En el tercer apartado se devela las voces de ellas, mujeres campesinas, sabedoras pertenecientes a diferentes veredas del municipio de Morales donde se exponen las prácticas de estas mujeres, siembra, preparaciones, sus saberes, sus rituales, alrededor de las plantas medicinales, resaltando la labor con las plantas que se cultivan en el patio de sus hogares.

En el apartado cuatro, se evidencia las prácticas de las educandas, los diálogos que ellas entablaron con sus familiares, todas pertenecientes a la Institución Educativa Agropecuaria Máximo Gómez, en este sentido, todas las mujeres activas en este proceso teníamos y tenemos un objetivo en común, recrear colectivamente saberes y prácticas ancestrales campesinas relacionadas con las plantas medicinales de la región, aportando al fortalecimiento de la identidad cultural de las estudiantes de grado once y noveno de la Institución Educativa mencionada anteriormente, sin embargo, en este caminar y por la emergencia sanitaria surgieron cambios que nos trasladaron a diferentes escenarios de la Institución, pues las educandas abordaron este ejercicio desde sus casas.

El quinto apartado nos muestra la ruta seguida, una metodología enmarcada en la E. P. y el diálogo de saberes, una propuesta educativa que busca y pretende develar la voz del pueblo, de las comunidades portadoras de saberes propios donde se hace necesario la reconstrucción de los mismos, fortaleciendo la identidad de los pobladores de la región; y por último en un sexto apartado y no menos importante las conclusiones de este grato proceso.

En este sentido y por los cambios surgidos en este caminar, la investigación se enmarca desde el eje de la Educación Popular, procesos interculturales, aunque involucra población estudiantil, dada las circunstancias fue un proceso diferente, generando las posibilidades de construir nuestras propias formas de investigar, donde la escuela se moviliza hacia la comunidad, potenciando el empoderamiento de ambas partes desde la EP y posibilitando la transformación de algunas estructuras educativas ancladas en el tiempo por el sistema educativo tradicional.

1. RAÍCES EN EL TIEMPO

“La cultura de una nación reside en los corazones y en el alma de su gente”.
Mahatma Gandhi.

Desde tiempos remotos, los mitos y las leyendas han sido y son parte fundamental de la construcción de identidad local de una cultura, lo cual la hace visible frente a muchas otras, según Ospina (2008) “¿Cómo hace Homero para conmover a gentes de todas las culturas y de todas las épocas contándoles la cólera y la astucia de sus griegos de la edad de bronce?” (p. 96) y la respuesta radica, que ellos dialogaron desde un contexto local, de sus vivencias como griegos, hablaron y mostraron su cultura en todo su esplendor y las dejaron plasmadas en los grandes manuscritos para que no muriesen con el paso del tiempo.

Entre todas estas culturas encontramos a los pueblos nativos con sus tradiciones y prácticas, pero como todo ser vivo, se enfermaban debido a los fuertes cambios de clima, no estaban exentos a las picaduras de animales, a las heridas infectadas, por lo cual vieron la necesidad de encontrar una cura para ello y gracias a su persistente observación de la naturaleza, compromiso con la comunidad, descubrieron muchos saberes que mantenían un equilibrio en la salud de los habitantes, es así como nuestras culturas se han nutrido “de las sabidurías de los pueblos nativos en todas las regiones del mundo, de sus mitologías y de los innumerables conocimientos adquiridos por la observación a través de los siglos” (Ospina, 2008, p. 93) y que gracias a ello, hoy conocemos parte de estos saberes que debemos seguir fomentando y protegiendo.

Y no podemos dejar de lado las culturas que hacen parte del territorio colombiano, que también desde la experiencia han protegido y cuidado muchos conocimientos, no en vano han sobrevivido al tiempo y a la globalización, la cual desafían a través de sus formas de vivir y resisten frente a una sociedad sumida en el consumismo; en función de lo planteado Ospina (2008) alude:

Dentro de este marco, los mitos de los U'wa de la Sierra nevada del Cocuy y de los koguis de la Sierra nevada de Santa Marta, nos muestran todo ello, (su cultura y costumbres) no como maneras de interpretar la naturaleza sino maneras de vivir en ella con profundo sentido de la responsabilidad, reconocen la riqueza de sentidos del mundo natural y celebran complejas ceremonias de alianza y de intercambio que es urgente considerar hoy.
(p. 93)

En otras palabras, la misma naturaleza nos ha ido proveyendo ciertos conocimientos sobre las plantas y alimentos para seguir en un continuo diálogo con otras tradiciones, por ejemplo, los chamanes amazónicos han depurado largamente los métodos para descubrir las virtudes curativas de las plantas en la región más biodiversa del mundo.

Cómo todo, el ser humano fue evolucionando en sus costumbres, creencias y las miradas europeas se conectaron con las de la medicina árabe, allí según data la historia se formaron las primeras escuelas médicas, Jácome (2008) específica alrededor de ello:

Menciona que algunos famosos médicos egresados dejaron obras, como Nicolás de Salerno (siglo XI), quien escribió el “Antidotarium”, colección de algunas fórmulas galénicas y muchas de los árabes, y que se constituyó en el libro de los boticarios. Como sabemos, los árabes le dieron gran impulso a la farmacia y además la organizaron en su estructura. Todavía se conservan algunas colecciones de bellos frascos de porcelana de

las “apothekas” (boticas) donde se guardaban las diferentes hierbas medicinales, con su correspondiente nombre en latín. Otro “Antidotarium” que tuvo algún renombre fue el escrito por Avicenna. (p. 53)

De esta manera, se fueron consolidando saberes y conocimientos dentro de las culturas occidentales, aunque la época medieval fue llamada como una época de oscurantismo que comprende mil años, en ella se dieron cambios significativos entre ellos la fundación de universidades y los grandes monasterios, en estas instituciones se estudiaron y se cultivaron herbolarios, así que los monjes, los filósofos, teólogos y algunas personas que incursionaron en el campo de la medicina fueron de vital importancia para seguir conservando las plantas medicinales y sus distintos usos, eso sí sin desconocer la creencia en un Dios salvador como fuente de sanación, lo cual mantuvo una disposición a querer excluir todos aquellos conocimientos ajenos a la fe, sin embargo, Jácome (2008) destaca:

Que los monjes copistas preservaron por siglos los trabajos de los antiguos, ejercieron una medicina folclórica y sembraron plantas medicinales en sus jardines de los monasterios, depositando las hierbas en unas despensas llamadas “Oficinas”, por lo que se acuñó el término farmacéutico de “Oficinal”, como la caléndula o la verbena oficinales. (p. 60).

Dentro de este orden de ideas, y yendo en contra de los preceptos establecidos y con la convicción de encontrar una cura a los males que aquejaban a la humanidad, pues al final de la Edad Media como lo indica Ospina (2008) “la cultura empezó a mirar la naturaleza de nuevo con ojos amorosos” (p. 18). Un amor que se debe demostrar en el respeto por la vida, el agua, los animales, en fin, en la biodiversidad en el marco de la interacción, la comunicación para que haya un equilibrio en las comunidades. De esta época, se registraron algunas historias, cuando un

obispo y cirujano, llamado Teodorico, usó para sus operaciones una esponja anestésica impregnada en mandrágora y opio, humedecida con agua caliente antes de ser inhalada por el paciente, (...) la mandrágora es una solanácea muy parecida a la Belladona, Jácome (2008) expresa que “su raíz es emética y purgante, sus hojas se han usado para ungüentos, y hervida en leche, para el tratamiento de úlceras indolentes. (p. 61). De esta forma, se hacían las mezclas las cuales mitigaban el dolor de sus pacientes y de alguna manera contribuían al ejercicio de la medicina.

Como se ha podido observar en algunas culturas occidentales el conocimiento estuvo marcado por la intuición, la curiosidad y la experimentación, acciones que fueron trasladadas a nuestro continente con el mal llamado “descubrimiento de América” pues, los hechos evidencian que no fue un descubrimiento, este hecho fue una clara muestra de colonización, muerte, violación, saqueo, invasión política – cultural e imposición de nuevas creencias lo cual dividió nuestras tradiciones latinoamericanas en dos, trayendo como consecuencia todo un sincretismo cultural que trajo consigo la minimización e invisibilización de la población perteneciente a tierras americanas.

Por supuesto, que no se puede dejar de lado la población negra que también hizo parte de esta subyugación racial; pese a toda esta colonización desbordada con la imposición del evangelio, el idioma y demás prácticas occidentales, las poblaciones aborígenes trataron de seguir conservando y abrazando de forma solapada ciertas costumbres y saberes que les proporcionaban una vida saludable a base de plantas medicinales y alimentos que la madre tierra les proveía y que ellos mismos cultivaban, pues como lo menciona Ospina (2009) eran “unas civilizaciones que habían desarrollado una manera de vida totalmente independiente y eso resulta apasionante”

(p.11) no obstante, se debe decir que muchos de sus rituales y creencias fueron censurados y dejados en el olvido por considerarse herejía, sin embargo, hay que resaltar que muchas comunidades indígenas del territorio nacional que conocemos hoy en día lucharon por conservar sus tradiciones y cultura, de hecho uno de los principios rectores en estas comunidades es que dentro del Tul se cultiven las plantas medicinales como parte de su cosmovisión territorial.

Un ejemplo, del planteamiento anterior en la literatura lo vemos en la construcción que realiza el escritor Gabriel García Márquez en su libro *Cien años de soledad* por supuesto con su toque de realismo mágico, pero que aborda la utilización de las plantas medicinales cuando Macondo entró en cuarentena por cuenta de la peste del insomnio; Márquez, (1967) “Úrsula, que había aprendido de su madre el valor medicinal de las plantas, preparó e hizo beber a todos, un brebaje de acónito, pero no consiguieron dormir, sino que estuvieron todo el día soñando despiertos” (p.30) hecho que no se presenta de forma fortuita en esta obra magna, su influencia se debe a que el señor Gabriel Eligio García (padre del escritor en mención) fue el boticario del pueblo Aracataca, además, Mercedes Barcha (esposa de Gabriel García Márquez) también es hija de un boticario, lo cual atisba, el influjo de la cotidianidad en la vida y obra del escritor y sus saberes dentro de la literatura.

El anterior fragmento ejemplifica como muchas prácticas y saberes populares provienen de nuestros ancestros padres, madres, abuelos, abuelas y gracias a ellos, ellas, hoy en día contamos con muchos de estos conocimientos, todos estos saberes populares en su mayoría se han ido construyendo bajo la oralidad pasando de una generación a otra, de ahí la importancia de seguir recuperando espacios de diálogo y confrontación alrededor de las plantas medicinales.

En este sentido, y en concordancia con lo descrito anteriormente se ha podido evidenciar que desde el inicio de la humanidad las personas se curaban de forma natural, cada uno cultivaba sus herbarios y compartían para que los demás siguiesen sembrando y así no tenían que pagar un valor monetario por ello, este conocimiento se presentaba de forma equitativa y representó una de las formas de intercambio cultural dentro de las comunidades teniendo en cuenta que la población por mucho tiempo se concentró en el área rural cultivando la tierra, lo cual favoreció la preservación de la botánica.

No obstante, con la llegada de la modernidad la ciencia y la tecnología, también llegó la disminución, desvalorización y cierre de las boticas, pues algunas prácticas, brebajes, ungüentos fueron calificados no aptos para el consumo humano puesto que no estaban certificados mediante un proceso científico definido. Posteriormente, estas fueron reemplazadas por las cadenas farmacéuticas dando como resultado la minimización de estos conocimientos y saberes populares con relación a las plantas medicinales, evidentemente, los avances en el conocimiento se convirtió en una forma de poder y de opresión, el capitalismo entró de forma intencional en este campo donde los acontecimientos muestran que los únicos beneficiados han sido, son y serán la clase burgués, en este sentido, Freire (2010) afirma “que la conciencia opresora tienda a transformar en objeto de su dominio todo aquello que le es cercano” (p. 55) precisamente, es lo que ha sucedido en la industria farmacéutica en “esa ansia irrefrenable de posesión, desarrollan en sí la convicción de que le es posible reducir todo a su poder de compra. De ahí su concepción estrictamente materialista de la existencia” (Freire, 2010, p. 55).

Esta concepción estrictamente materialista enunciada por Freire se puede evidenciar en algunas investigaciones realizadas años atrás, estas nos mostraron como una cadena de

droguerías, entre ellas, La rebaja, fue fachada para lavar activos provenientes del narcotráfico, es así como Blu Radio (2018) afirma que,

Conoció un documento de 130 páginas, en el que el juzgado primero especializado de Bogotá condena a nueve años de prisión a hijos y allegados de Miguel y Gilberto Rodríguez Orejuela por el delito de receptación, legalización y ocultamiento de bienes provenientes de actividades ilegales, por lavar dineros producto del narcotráfico a través de Droguerías la Rebaja, se explica cuáles fueron los movimientos de dineros para darles apariencia de legalidad. (p.1)

Todos estos delitos tuvieron lugar a finales de los años ochenta y comienzos de los años noventa delitos que les fueron imputados en su juicio junto a otros, para ser posteriormente condenados, sin embargo, según el Espectador (2013) y estando tras las rejas, “Los hermanos Miguel y Gilberto Rodríguez Orejuela nunca perdieron el control de sus empresas: ni de Drogas La Rebaja, ni de Blanco Pharma, ni de Laboratorios Kressforlo” sino que siguieron operando desde la clandestinidad.

No muy lejos de esta realidad se encuentra el departamento del Cauca, un territorio pluriétnico, diverso en cultura, historia, fauna, flora, clima y que desde la fundación de Popayán en el año 1537 ha estado subyugado al poderío de los colonizadores y guardando las apariencias del linaje criollo como ciudad culta y religiosa, dejando de lado la otra cara de Popayán, la que está rodeada de pobreza y marginalidad, todas estas desigualdades han generado a lo largo del tiempo fuertes choques de violencia, como lo declara Hernández (2006) se presenta una problemática enmarcada por una violencia estructural:

Esta violencia entendida desde los términos de Johan Galtung (2009) “como aquella que impide a los seres humanos una vida mínimamente humana”, esto se expresó y se expresa en la exclusión, negación, explotación, racismo, esclavización, despojo y dominación. Todo ello, se materializó en instituciones, normas, y hechos, que constituyeron la negación de la cultura de los pueblos indígenas, sus derechos ancestrales y sus formas organizativas, y que generaron desde entonces, marcadas divisiones sociales, injusticia social, y formas de producción soportadas en la explotación del hombre por el hombre. (p. 3).

Por tanto, todas estas problemáticas sociales, conllevaron a las comunidades a levantarse y establecer escenarios organizativos donde emergieron y emergen hechos y por ende experiencias de resistencia indígena comunitaria, afrodescendiente y campesina (en menor medida), un trasegar que no ha sido fácil, pero que poco a poco se va consolidando dentro de la sociedad colombiana.

Como en otras regiones del país el departamento del Cauca enfrenta problemáticas de fondo en sus comunidades, pues estas han sido abandonadas por el Estado colombiano que se manifiesta con gobernadores de turno que con paños de agua tibia no presentan soluciones certeras a la falta de oportunidades, al acceso a la educación superior, la falta de un empleo formal, ya que muchos de ellos tiene que migrar a las ciudades como Popayán y Cali en busca de un mejor futuro; a todo ello se le suma la violencia que no cesa, pongamos por caso el sur del Cauca, municipios como Argelia, Piamonte, Florencia, entre otros, lejos de la capital se mueven bajo la legalidad de la ilegalidad que muchas veces trae como consecuencia el asesinato a líderes y lideresas sociales cuando no van en concordancia con sus ideas, de este modo, y así estas

poblaciones se han ido construyendo con sus vivires, sus sentires, sus descontentos, sus ilusiones, lo que añoran para sus vidas para un buen convivir, este relacionado “con aquel ambiente en donde los sueños colectivos se fundan para concretar la apuesta de transformación de sus condiciones inmediatas y de la construcción de otros mundos posibles”. (Mejía, 2014, p.10).

Otras de las problemáticas que afronta el departamento del Cauca es la que se da alrededor de la tierra, pues uno de los principios rectores de las comunidades se teje en la defensa del territorio en el cuidado y protección de la tierra, pero también, se presentan otras posturas, con intereses de por medio, en este sentido, Gamarra (2007) manifiesta estas dos visiones:

En primer lugar, se parte de que los inconvenientes que surgen alrededor de la tierra surgen desde la misma concepción de su función. Mientras que para los mestizos la tierra constituye un recurso explotable, para las minorías étnicas del departamento cumple una función central dentro de su cultura, medio de sustento y espacio para ejercer su autoridad, es decir, un territorio. (p. 7).

Dicho de otro modo, nuestra tierra se debe cuidar y proteger de las ambiciones de las grandes multinacionales que buscan a toda costa explotar los recursos naturales que el Cauca posee, ante ello los líderes y lideresas sociales se encuentran contra la espada y la pared, sin embargo, se encuentra un colectivo de personas haciendo resistencia en contra de las fuerzas de dominio y expansión capitalista. Hay que mencionar que este departamento es polifacético en su economía, dado que las poblaciones cultivan café, caña panelera, aguacate, algunos municipios dependen del turismo, la pesca, los cultivos de uso ilícito en los cuales ven una forma de vida y por ende de trabajo para llevar el sustento a sus hogares.

De estas realidades no se escapa el municipio de Morales, pero se debe enfatizar que es un municipio pluriétnico, donde convergen mestizos, los cuales corresponden a la mayor parte de la



Fotografía N° 1, Mapa del municipio del Dpto. del Cauca, focalizando al municipio de Morales.

población ya que el 5.7% son afrodescendientes y un 40.2% son indígenas pertenecientes a cabildos y resguardos indígenas como lo son Honduras, Chimborazo, Agua Negra y La Bonanza (este último “constituido por el INCODER mediante Resolución No. 0072 del 17 de agosto de 2010.”).

A nivel geográfico, el municipio de Morales, se encuentra ubicado en el Noroccidente del departamento del Cauca, a 48 kilómetros de la ciudad de Popayán. Su extensión es de 265 kilómetros cuadrados y administrativamente se divide en 69 veredas y 7 distritos en planificación. Según el Plan de Desarrollo Territorial del municipio 2016 -2019, Morales “tiene un total de 25.963 habitantes, lo que corresponde al 2% de la población a nivel departamental, los habitantes del municipio de Morales están distribuidos con un 6% en los cascos urbanos y con un 94% en el sector rural”.

En estos sectores rurales, se encuentran la mayoría de los campesinos, indígenas, y afrodescendientes, donde la mayoría de los indígenas habitan gran parte de lo que la comunidad ha denominado como la montaña, poseen su propia normatividad para convivir juntos, donde campesinos han entrado a formar parte de estos territorios pues migran de sus lugares de residencia y se han establecido en esta parte; así mismo, los grupos al margen de la ley, también han entrado a estos territorios con el objetivo de establecer relaciones de dominación y control territorial alrededor de los cultivos de uso ilícito.

Algunos campesinos y también indígenas han visto en la siembra de los cultivos de uso ilícito una solvencia económica, lo cual ha traído como consecuencia la presencia de grupos armados, pues son lugares apartados donde la fuerza pública no hace presencia o si lo hace es ocasionalmente; inclusive a finales del año 2019 los líderes sociales de la comunidad en un intento por erradicar los cultivos ilícitos fueron atacados por personas armadas, dando como resultado la muerte de un comunero; a principio del año lectivo 2020 en el mes de marzo hubo un paro armado por tres días, lo que involucró directamente a la Institución dado que los estudiantes y la comunidad en general no se podían movilizar por la zona, todo esto desencadenó en la vereda de Santa Bárbara fuertes combates pues se disputan el control territorial y posiblemente las rutas por donde se mueve el narcotráfico.

Otra manifestación de violencia se presentó el 27 de junio del año 2020, en horas de la noche se informa a la comunidad que han asesinado a dos personas pertenecientes a la comunidad de San Roque, ellos prestaban guardia en uno de los controles de ingreso y salida de las veredas por cuenta del Covid -19; hecho lamentable y repudiable donde el opresor acciona un arma de fuego en contra de personas indefensas. Esta situación ha sido una constante y estos últimos años se ha hecho más visible pues aún se siguen presentado enfrentamientos donde las comunidades quedan expuestas al defender su territorio, en este orden de ideas, el pasado 17 de julio las balas silenciaron la voz del líder social, Sigifredo Gutiérrez Tunabala quién se desempeñaba como presidente de la Junta de Acción comunal de la vereda San Isidro, aunque el mundo se ha paralizado debido a la pandemia, la ola de violencia no cesa y cada vez hay más temor en la comunidad por las represalias que se puedan tomar en contra de sus habitantes que de una u otra manera alzan sus voces en busca de un mejor porvenir para ellos y ellas.

Por lo expuesto anteriormente, los cultivos de pan coger han sido desplazados por los cultivos de uso ilícito pues las personas que se dedican a este tipo de trabajo mencionan que obtienen más ganancias de esta forma, puesto que el café y la caña son cultivos que implican grandes esfuerzos e inversión y el resultado no se ve, en esta perspectiva el señor José Nieto (2020) oriundo de la vereda el Porvenir afirma que “el precio de los químicos está por las nubes y el precio del café va para bajo y así no resulta”, en este sentido, Fals - Borda (2009) habla sobre el giro que ha dado la población campesina,

Según él, el campesinado ha ido variando de formas pre capitalistas en que se enfatizaba la satisfacción básica de necesidades, sea en tierra ajena o propia, a formas libres de trabajo o como pequeño productor, en que el campesinado queda sujeto a las leyes capitalistas de precios y mercados, competencia, maximización de ganancias, concentración de la propiedad y monopolio de recursos. (p.2)

En consecuencia, el campesinado se ha visto afectado, el alza de los precios en los insumos ha traído desmotivación para cultivar y como se mencionó anteriormente, otros han optado por diferentes formas de trabajo y están los que han decidido migrar a la ciudad en busca de mejores oportunidades. Sin embargo, está la otra cara de la moneda existe la denominada zona plana de Morales, en ella se encuentran el corregimiento de Carpintero, La Estación, Los Cafés, entre otras, las cuales son comunidades que siguen haciendo resistencia a todo este sistema de dominación, desde su quehacer siguen sembrando café, caña panelera, aguacate y en menor medida frijol, maíz y plátano, en este sentido, Freire (2010) afirma que “ los hombres como seres del quehacer “emergen” del mundo y objetivándolo pueden conocerlo y transformarlo con su trabajo” (p. 151) es así, como estos pobladores desde su quehacer también dialogan sobre la importancia de seguir conservando estas prácticas, pues los hechos sucedidos en las veredas

aledañas han demostrado que los cultivos de uso ilícito trae como consecuencia, violencia, muerte, desolación y control sobre las comunidades.

Todas estas problemáticas no son ajenas a nuestros educandos, pues ellos han quedado en medio de este flagelo llamado violencia donde las ansias de poder son cada vez más frecuentes, es por ello, que la educación debe ser asertiva que responda a las necesidades de los y las educandos y más en tiempos de confinamiento por cuenta del Covid - 19, esta educación debe ser una “educación problematizadora que se hace en el esfuerzo permanente a través del cual los seres humanos van percibiendo críticamente, cómo están siendo en el mundo, en el que y con el que están” (Freire, 2010, p. 89) en este sentido, se debe trabajar en el manejo de emociones y también el volver a lo nuestro, a lo propio, pues se hace necesario fortalecer la siembra y conservación de las plantas medicinales en la huerta como medios de curación y soberanía alimentaria ya que las comunidades campesinas y la población mundial ha sido confinada por decreto nacional debido a la pandemia.

Durante el confinamiento, la vida cambió pero las dolencias y enfermedades siguieron su cauce, un ejemplo de ello lo manifestó la estudiante Dorany Guainas Cometa del grado once año 2020, escribió vía WhatsApp que estuvo enferma con mucha fiebre, escalofrió ante ello, su madre le preparó un agua que contenía dos guayabas, dos cogollos de pacunga, y cáscara de guayaba chiquita, dando como resultado la curación de sus dolencias sin recurrir a las pastas o en su defecto ir al hospital nivel uno del municipio, donde por lo general lo único que le “recetan” (palabra usada por los habitantes) son ibuprofeno y amoxicilina. Aunque la visita al médico se ha hecho más frecuente en los últimos años, muchas han sido las críticas al sistema de salud, la negligencia y la “cantidad de pastas que envían no ayudaban para nada o lo único que hacen es

dañar otros órganos” Arce (2020) oriunda del municipio de Morales, asentada en la vereda la Estrella, quien por años ha cultivado en el patio de su casa variedad de plantas medicinales que usa a diario sienta o no, alguna dolencia.

Focalizando la investigación, esta se lleva a cabo en la vereda San Isidro, ubicada a quince minutos del municipio de Morales la cual adopta este nombre “por el cura Mario Larrahondo entre los años cuarenta y cincuenta, asegurando que esta comunidad era muy solidaria y trabajadora como el santo, de forma paralela, también se da inicio a las fiestas patronales” (PEI de la I. E. Agropecuaria Máximo Gómez) las cuales congregan muchas personas de otras veredas y municipios durante estas festividades, (carnavales de blancos y negros por los días 5 y 6 de enero, en el mes de agosto las ferias de San Isidro). San Isidro se caracteriza por ser una vereda ligada a sus tradiciones y costumbres, tal es el caso de narrar mitos y leyendas que por generaciones han sido contadas a viva voz por sus habitantes, quemar ramo bendito a la hora de la tempestad, es una comunidad devota a sus principios religiosos católicos llevando a cabo la ritualidad de: Semana Santa, misas, velorios, bautizos y primeras comuniones, sin embargo, no hay que desconocer la influencia de grupos cristianos que también hacen parte del territorio con los cultos y la evangelización de la población.

En la vereda San Isidro se encuentra ubicada la Institución Educativa Agropecuaria Máximo Gómez, la cual inició siendo la Escuela Rural Mixta Guadualito, constituida por cinco aulas donde la planta física era ocupada solo por primaria en horas de la mañana así que la secundaria tenía que orientarse en horas de la tarde, lo cual, según la señora Yamileth Trochez, (2020) oriunda de la vereda San Isidro, esto no duró mucho ya que fue nombrado el docente José Armando Vargas Cruz quién estableció que tanto primaria como secundaria debían funcionar en

la misma jornada y que para ello, la comunidad debía alquilar o prestar alguna de sus casas o en su defecto la caseta comunal y así funcionó por un buen tiempo.

El trabajo mancomunado con la comunidad, entre ellos Silvio Villegas y el fallecido líder social Sigifredo Gutiérrez, dieron sus primeros frutos, pues en el año 1994 la Asamblea Departamental aprueba el énfasis del colegio Agropecuario Máximo Gómez, en la administración del gobernador Ortega, (la contratación docente en aquel tiempo era a través de OPS), con resolución departamental del 26 de abril de 2004, se aprueba la graduación de bachilleres técnicos – agropecuarios hasta la fecha; actualmente la Institución cuenta con 28 docentes en su gran mayoría en propiedad y con una mejor infraestructura, donde su misión se direcciona de la siguiente manera:

La Institución Educativa Agropecuaria Máximo Gómez es un establecimiento de carácter público, rural y pluriétnico que fortalece la formación académica e integral en valores y principios éticos a niños, niñas y jóvenes emprendedores que aman el territorio, los recursos naturales; plantean y ejecutan proyectos ambientales y productivos agropecuarios, involucrando las áreas del conocimiento y desarrollando competencias que impacten en la comunidad. (Manual de Convivencia 2018-2023).

La Institución en mención tiene alrededor de 545 estudiantes, incluyendo sus sedes, Escuela Rural Mixta San Roque, Escuela Rural Mixta Santa Bárbara, Escuela Rural Mixta San Cristóbal, Escuela Rural Mixta Sombrerillo y la sede principal que cuenta con 386 estudiantes desde grado transición a grado once.

Es preciso mencionar que las instituciones educativas por fuera de la cabecera municipal de Morales no cuentan con acceso a internet por lo que la opción de clases virtuales en tiempos de pandemia es nula, agudizando otra problemática que presentan las Instituciones de nuestro municipio y sin lugar a duda de otros municipios de nuestro país, la comunicación con nuestros educandos fue limitada, el trabajo se llevó a cabo a través de guías pedagógicas impresas y con algunas educandas vía WhatsApp, dejando de lado elementos formativos con la cercanía y la lectura verbal y no verbal en las aulas de clase.

En cuanto a la filosofía institucional y desde el Manual de Convivencia 2018 -2023 se hace énfasis en la siguiente perspectiva:

Dentro de este orden de ideas, la Institución Educativa Agropecuaria Máximo Gómez, concibe a las personas como seres inacabados que poseen todas las potencialidades para proyectarse en sus dimensiones cognoscitivas, socioafectivas y psicomotriz. Un ser histórico y cultural, objeto y sujeto de educación que aprende y enseña. En esta concepción se expresa la educabilidad del ser humano y la enseñabilidad de los saberes, acordes con la naturaleza de la Institución.

En este proceso de enseñanza y aprendizaje de saberes participan estudiantes de la Institución, también mujeres mayores campesinas cuidadoras de este saber; este proceso investigativo surge a partir de la praxis pedagógica y popular de la Maestría en Educación Popular realizada en el primer semestre del 2019 donde se tomó la iniciativa de recuperar saberes populares relacionados con las plantas medicinales de las campesinas de las comunidades de Morales, la praxis en principio realizada solo con los educando, tuvo una buena acogida, cada estudiante sembró una planta medicinal y mostró sus usos, eso sí dialogando con sus familias ya

que muchos de ellos y ellas expresaron no saber mucho sobre este tema y que por consiguiente, sería un camino de aprendizaje que involucra el saber, el escuchar de los otros y las otras.

En síntesis, este capítulo muestra como las plantas medicinales y sus usos curativos han sobrevivido al paso del tiempo, algunas plantas cultivadas en herbarios otras en las huertas de los hogares de las familias, otras crecen de manera silvestre de esta forma le brindan muchos beneficios a los seres humanos, a los animales y a la misma naturaleza. Este capítulo, también muestra el contexto donde se llevó a cabo esta investigación, el municipio de Morales, donde se entreteje un estilo de vida diferente marcado por su cultura, sus tradiciones, su gente, además todas las problemáticas que se producen alrededor de los cultivos de uso ilícito, así mismo se menciona la Institución Educativa que hace parte de este proceso donde participaron educandas de grado noveno y once, y a su vez mujeres mayores campesinas de la región.

2. TEJIDOS CONCEPTUALES

“Todo hacer del quehacer debe tener necesariamente, una teoría que lo ilumine” (Freire, 2010, p. 151).

Como se ha mencionado anteriormente, las plantas medicinales se enmarcan dentro de la cultura colombiana y por ende de la comunidad moralense, pues desde tiempos remotos hacen parte de los saberes tradicionales de estas regiones que se niegan a dejarlos en el olvido. Empero, como lo enfatiza Monroy (2016) “es difícil evaluar cuanto del conocimiento tradicional prehispánico se ha perdido desde el momento de la conquista; sin embargo, los grupos sobrevivientes han conservado y enriquecido el conocimiento tradicional y lo han ido transmitiendo a las nuevas generaciones” (p. 10) de ahí, la importancia de seguir tejiendo un diálogo de saberes alrededor de las plantas medicinales, la educación, los medicamentos naturales y químicos, así como otros aspectos relacionados con el Buen Vivir, sus historias, la resistencia comunitaria desde el ámbito académico y desde el saber comunitario, porque como lo menciona Freire (2010) “todo hacer del quehacer debe tener necesariamente, una teoría que lo ilumine” (p.151).

2.1 Dialoguemos sobre educación popular (EP)

Se parte de que la investigación debe estar al servicio de la sociedad y para la sociedad, que esta apuesta pedagógica no es lineal, no existe un manual, un camino el cual seguir para definir la EP “Podría decirse que el campo de la EP se caracteriza por un pacto pedagógico diferente a aquel producido por las élites y su educación bancaria, reproductor del sistema social de injusticia” (Muñoz, 2013, p. 4) un sistema que por lo general no genera cambios, ni lecturas del contexto, ni dialogicidad entre los sujetos.

Es por ello, que la Educación Popular es una propuesta educativa para toda la sociedad y todas las educaciones, es una propuesta de reexistencia, de volver a nuestras raíces desde los intereses de los sectores populares; es un enfoque filosófico y pedagógico, que entiende la educación como un proceso participativo y transformador que es inclusiva y permite contextualizar el mundo que nos rodea la EP, nos permite conocernos y conocer a los demás podemos ponernos en la piel del otro y así entender sus abatimientos, destrezas y metas, permite la construcción de nuevos conocimientos y de otras realidades todo esto mediado por la reflexión - acción las cuales se dan de forma simultánea, ya que por separado los procesos no se llevarían a cabo; en este sentido, la EP “asume una posición epistemológica de carácter dialéctico, rechazando por tanto el viejo, tradicional y todavía ‘consagrado’ marco positivista, desarrolla una propuesta metodológica, pedagógica y didáctica basada en la participación, en el diálogo y en la complementación de distintos saberes” (Núñez, 2005, p.8).

De este modo, y en palabras textuales de Freire (2010 p.151) se dice “que si los hombres son seres del quehacer esto se debe a que su hacer es acción y reflexión. Es praxis. Es transformación del mundo” de un mundo que está marcado por el patriarcado, la violencia, el capitalismo; en esta perspectiva, es un mundo que necesita de seres humanos que luchemos por una verdadera transformación teniendo como principios la solidaridad, la empatía, el respeto por la diferencia, de esta manera, construir una sociedad más justa y más tolerante; no obstante, y en palabras de Freire, también es un mundo que impresiona y desafía a unos y a otros originando visiones y puntos de vista en torno de él; pues precisamente es en el seno de los desafíos de las visiones de los inconformismos frente a la realidad es que nace esta propuesta, trabajado con estudiantes y comunidad en general en tiempos de pandemia y aislamiento, lo cual no ha sido impedimento para seguir cultivando y compartiendo saberes sobre soberanía medicinal.

2. 1.1. El diálogo intergeneracional y la concienciación

El diálogo es fundamental en la comunicación que se da entre los seres humanos porque este en sí es comunicación, sin él la comunicación quedaría a medias, por eso es de suma importancia fomentarlo entre las familias dónde escuchar al otro siempre debe ser una premisa para la sana convivencia, de ahí, que este proceso tenga como uno de los principios rectores el diálogo, pero siempre teniendo en cuenta que “nuestro papel no es hablar al pueblo sobre nuestra visión del mundo, o intentar imponerla a él, sino dialogar con él sobre su visión, la nuestra” (Freire, 2010, p.108).

De esta forma, se forjan lazos de confianza que hacen “que los sujetos dialógicos se vayan sintiendo cada vez más compañeros en su pronunciación del mundo” (Freire, 2010, p. 102) es así, como se da un ambiente agradable, de forma horizontal que propicia una conversación amena y fluida que interpela a una educación auténtica mediada por el mundo porque en palabras de Freire (2010) los hombres no se hacen en el silencio sino en la palabra, pues la acción de dialogar es una expresión de libertad, es un acto de viajar en las palabras, de volar en ellas y con ellas; y en concordancia con el diálogo también, los hombres se hacen en el trabajo, en la acción y en la reflexión constante, como lo argumenta Lorenzo (2008) en sus enunciados:

Se trata de concebir el encuentro entre generaciones como un intercambio que rompa el estanco reflexivo que deviene de las múltiples influencias bancarias, y que al mismo tiempo el espacio fertilice propuestas construidas en conjunto, entre actores signados por la marca de su tiempo. El tipo de diálogo coherente con esta finalidad está basado en el respeto al otro y se construye como proceso de reflexión crítica acerca de las realidades que distinguen y comparten los grupos generacionales (...) Los propósitos de tales prácticas

dan cuenta de la importancia que se les atribuye y de su valor para la construcción de saberes y decisiones conjuntas. (p. 66).

Es por ello, que el trabajo en colectivo es fundamental para seguir este proceso, porque se piensa en el bienestar de todos y todas y en la permanente construcción de diálogos de saberes intergeneracionales comunitarios con las campesinas de la región, lo cual es importante porque a través de él se hace referencia a una experiencia transformadora, crítica – reflexiva, involucrando a jóvenes y personas mayores donde ninguna de las generaciones son puntos aislados, por el contrario se unen para darle sentido a la palabra y se comprende que cada generación creció en espacios totalmente distintos pero que hoy nos mueve un solo propósito dialogar alrededor de las plantas medicinales.

Ahora bien, ¿Qué entendemos por generación? Una generación es un conjunto de personas que nacieron de forma contemporánea y comparten, ciertos ámbitos de la vida, ya sean políticos, tecnológicos, ideológicos, culturales entre otros, en concordancia con Domínguez (1988) él menciona que una generación se define como:

El conjunto histórico-concreto de hombres [y mujeres] próximos por la edad, y socializados en un determinado momento del proceso histórico del país, lo que condiciona una actividad social común en etapas clave de formación de la personalidad, creando similitud de características objetivas y de rasgos subjetivos, que la dotan de una fisonomía propia. (p. 46)

Es así, como las generaciones tienen características propias, por ejemplo, las comunidades que viven en el campo alejadas de la modernidad o los grupos poblacionales de

avanzada edad, en su lenguaje no están presentes los neologismos con los que hablan las generaciones del siglo XXI, desconocen las modas, las nuevas tecnologías incluyendo los medios masivos de comunicación lo cual nos muestra las brechas visibles de desigualdad y desconocimiento que presenta las sociedades del hoy, desde esta marginalización, “gestada en el crecimiento de la diferenciación social entre clases, entre regiones, culturas, géneros, grupos de consumo tecnológico, se produce una nueva fragmentación en la cual los pobres “económicos” son los más vulnerables”. (Mejía, 2017, p. 28) porque no van a tener las mismas condiciones que los demás, por tanto, su representación social y política puede llegar a ser débil a menos de que construyamos procesos de organización y emancipación desde lo local. Pese a todas estas diferencias, se encuentran la población donde las nuevas tecnologías han invadido todos los espacios, y para reafirmar lo anterior Mejía (2017) menciona que los sistemas tecnológicos “en lo global ellos mismos han sido generados y han generado la transnacionalización de la economía, la cultura y la sociedad produciendo un cambio en las profesiones y en el uso de las herramientas con las cuales esa tecnología se hace visible”. (p.25)

Por supuesto, todo este auge de la tecnología para quienes tenemos acceso a ella, nos ha facilitado la vida, en nuestras profesiones, dado que tenemos la información que queremos en segundos, los celulares y los computadores nos permiten tener una cierta comodidad, tomar fotos, grabar vídeos, orientar clases, enviar y recibir información que en otros tiempos era imposible, aspectos positivos pero, hay que especificar que la tecnología también se ha convertido en un medio instrumental dando paso a la construcción de sistemas de dominación, lo cual implica reconocer que debemos asumir cambios profundos y reconocer que la llegada de la tecnología ha traído grandes transformaciones empezando por la escuela, ella ya no es la única

fuerza de aprendizaje y conocimiento, en este sentido, estos avances tecnológicos a nivel educativo nos vienen a recordar lo siguiente:

En principio que la educación es un complejo mundo de comunicación repleto de conexiones internas y externas, pero además éstos muestran una ruptura en los modelos tradicionales de comunicación docente centrados en el/la profesor/a-estudiante. Igualmente, las relaciones de la gestión educativa comienzan a vivir procesos mucho más interactivos, en los cuales investigación y diálogo están incorporados abriendo los caminos de la transdisciplinariedad y haciendo presentes las diferentes formas de discusión de la verdad en los campos sociales, políticos, económicos, científicos y en esa manera estableciendo una crítica al mundo que se genera en la globalización. (Mejía, 2017, p. 25)

Entonces, se dice que la tecnología no solo debe ser un medio instrumental, sino un camino que nos permita construir procesos pedagógicos, dialógicos, contextualizados, con una mirada ética y crítica, es decir un tejido hilado de forma coherente con las personas involucradas, así mismo el reconocimiento de las tecnologías tradicionales y la construcción de las alternativas “hoy en diferentes campos del saber y del conocimiento se mueven esfuerzos por lograr encontrar los caminos en los cuales la hibridación y la endogenización tengan como punto de partida la sabiduría milenaria de nuestros grupos ancestrales” (Mejía 2017, p. 29)

No obstante, se encuentra la otra cara de moneda, aquellos procesos donde muchas personas han vivido lejos de la tecnología, de la sociedad de consumo y siguen perviviendo contra viento y marea, han conservado sus tradiciones y costumbres las cuales enseñan a las nuevas generaciones y esperan continuar de esa manera ya que todo lo que han construido ha

sido bajo sus experiencias y creencias, pero no hay que desconocer que todo ha sido un proceso de lucha y resistencia porque libran sus propias batallas, para ejemplificar Mejía (2017) expone:

Muchas de las culturas indígenas hoy defienden en tribunales internacionales el derecho de sus plantas tradicionales, el derecho de sus territorios para no hacer explotaciones petroleras y algunas de las discusiones que algunas de ellas vienen planteando en el terreno de la biotecnología como reivindicación de los plasmados existentes en el mundo del sur. (p. 28).

Como se puede observar no ha sido fácil para ellos y ellas salvaguardar sus territorios y sus saberes ancestrales, de ahí la importancia del diálogo intergeneracional, ese compartir de saberes, teniendo como principio rector que uno no sabe más que el otro, sino que las dos partes se complementan, “así ambos se transforman en sujetos del proceso en que crecen juntos, en el cual los argumentos de autoridad ya no rigen” (Freire, 2010, p. 34) pues no se trata de depositar, de transferir, de transmitir valores y conocimientos sino de acción y reflexión alrededor del mundo para transformarlo.

A medida que vamos avanzando las generaciones también siguen su curso de tal forma que estas adquieren una identidad, la cual nos caracteriza frente a otras generaciones, por ejemplo, estilos de música, formas de vestir, formas de hablar, posturas ideológicas, que nos definen y que exteriorizamos de una u otra manera en nuestro alrededor, en otras palabras, se presenta una identidad colectiva, que desde las palabras de Lorenzo (2008),

Se constituye en un momento y contexto determinados, sobre la base de la autoconciencia de grupalidad; se expresa en la capacidad de estos grupos para diferenciarse con respecto a otras generaciones, identificarse con determinadas características compartidas y desarrollar

sentimientos de pertenencia. (...) Esta autoconciencia de grupalidad en la cual se funda la identidad constituye un elemento importante al asumir el estudio de la categoría generación. Especialmente en espacios de diálogo intergeneracional, es oportuno propiciar la emergencia de posturas que denoten el reconocimiento del sujeto como parte de una generación, y al mismo tiempo articular estas posturas identitarias con los aspectos comunes resultantes de las temáticas que convocan al diálogo, los modos en que este se organiza, las historias de vida de los sujetos, la dinámica que se produzca, así como de otras identidades que resulten significativas y compartidas. (p.12)

Como se ha podido observar, no se puede desligar el diálogo con las personas mayores porque esto conlleva a la unión del diálogo intergeneracional movido por una identidad que no solo es de una sola persona, sino colectiva, pues el único propósito es compartir conocimientos para que no mueran con el tiempo, en este sentido, tanto los jóvenes como las personas mayores, son partícipes activos de la construcción de todo estos saberes, todo ello, mediado por el diálogo de saberes en el que la escucha atenta de los jóvenes con sus inquietudes y los mayores con su saber cimentado en la experiencia comparten la palabra, derrumbando esas fronteras impuestas desde afuera, que nos quieren dividir, para que el saber no camine, sino que muera con la partida de los mayores.

Otra arista a tener en cuenta en estos procesos, como Lorenzo (2008) lo menciona es la importancia de la autoconciencia como seres humanos, pero antes de pasar a la autoconciencia, precisemos que es la concienciación o la conciencia, desde Paulo Freire, partimos de que somos seres inacabados, que tenemos la posibilidad de hacernos en el encuentro con los y las otras,

porque como lo menciona Freire (2004) “el inacabamiento del ser o su inconclusión es propio de la experiencia vital. Donde hay vida, hay inacabamiento” (p. 24).

En este sentido, el ser humano debe comprender que es un ser inacabado y que este inacabamiento se da entre los hombres y las mujeres que cada día necesitamos de los y las demás, bajo este planteamiento nuestras acciones se direccionan a que seamos seres humanos sentipensantes que articulemos todo lo que se hace, es decir, la razón y la pasión, el cuerpo y el corazón, en una unión integral que nos hace responsables de nuestro Buen Vivir y conscientes de lo que somos y hacia donde queremos llegar; sin embargo, en muchos casos de inseguridad, irrespeto, el ser humano se ha transformado de forma negativa que ha perdido ese sentipensar ya sea por las circunstancias de la vida o porque ya no le encuentra sentido a la vida, es por ello, que la emancipación es un proceso constante con aquellos y aquellas que lo necesitan, empezando por la recuperación del lenguaje propio, puntualizando que su voz es importante dentro de la sociedad, donde se debe llegar como lo menciona Donaldo (2017) a la “conquista de su derecho a expresarse, a hacer oír su propia voz. Este es el derecho que los oprimidos deben conquistar para poder hacer oír su voz, el derecho de ser ellos mismos, de asumir el control de su destino” (p.2) que es una tarea ardua, pero que se puede lograr con las comunidades.

En función de lo planteado anteriormente, para lograr la emancipación y llegar a un estado de concienciación se debe empezar de forma personal, reconociendo quién soy cuál es mi papel dentro del mundo, reconocer nuestra realidad para así poder comprender la de los y las demás, porque la concienciación es un propósito conjunto puesto que se desarrolla en un hombre que se encuentra en medio de otros hombres unidos por la acción y la reflexión.

Dentro de este orden de ideas y en concordancia con Donaldo (2017) se precisa que “la concienciación, es entendida como un proceso para adquirir las herramientas de reflexión crítica necesarias” con las cuales el oprimido se enfrenta a la realidad y que en este proceso los sujetos entiendan como existe un opresor representado bajo nombres, instituciones de poder, donde su objetivo es negarles las oportunidades de aprender, de alzar su voz y por ende la negación a la igualdad, en este sentido, se comprende que los fármacos y los procesos de laboratorio, son la contraparte a los saberes que poseen y practican las comunidades con relación a las plantas medicinales, muchos se niegan a creer que tienen fines curativos aun a sabiendas que la base de los fármacos han sido y son las plantas medicinales, sin lugar a dudas todo este fenómeno se circunscribe en el capitalismo y el consumismo que no aceptan otras formas de curación porque no generan ganancias a las grandes industrias farmacéuticas.

2.1.2 El diálogo de saberes, saber popular y contexto

En el ítem anterior se precisó sobre el rol de la concienciación que hace parte de este caminar, Paulo Freire consideraba que el diálogo en la educación y en la vida cotidiana es el medio para lograr un estado de conciencia, porque es este el que permite mediar entre las dos partes pese a sus diferencias o a sus desconocimientos, además, es a través de él “que podemos aprender de los demás y que alguien aprenda de nosotros porque no solo aprendemos de un libro sino del mundo que nos rodea” (Espinosa, 2007, p. 63); por tanto, el diálogo es la mejor forma para acercarnos a las personas y a las comunidades ya que se puede ser espontaneo, transmite confianza, no es cuadriculado, no encasilla por el contrario libera, da paso para las anécdotas, las historias, las risas o en su defecto se acompaña con una taza con café y pan al calor de la hornilla, sustentado bajo las afirmaciones de Guiso (2000) quien alude lo siguiente:

Cuando hablamos de diálogo de saberes en procesos de educación popular o de investigación comunitaria estamos reconociendo principalmente la posibilidad de un encuentro dialógico entre sujetos. Este tiene la característica de ser contextualizado en un tiempo y en un territorio desde donde pueden ser objetivados, comprendidos, interpretados y recreados el sentido particular de vivencias, interacciones y lenguajes. Las relaciones que se establezcan entre aspectos, focos y componentes permitirán hacer visibles e invisibles unas expresiones, unos sentidos y unos conocimientos. (p. 65)

Entonces, bajo esta perspectiva se produce un diálogo vivo donde se dibujan mapas “rumbo a la creación de comunidades más dialogantes y horizontales, donde la diversidad florece en armonía con la igualdad” (Mercon 2009, p. 2) que debe develar verdades y mitos ocultos expresados por medio de la oralidad donde se medien respuestas a interrogantes que surgen desde la cotidianidad de nuestra existencia, dado que, desde la educación popular se hace posible el cuestionamiento, “se hace posible reinterpretar la sociedad y la historia a la luz de los nuevos cambios sociales, culturales, económicos y políticos de la región” (Brito, 2008, p. 5). Que tras pasado por la praxis nos llevan a transformaciones sociales desde el saber popular, pero ¿Qué es un saber popular? Para dar respuesta a este interrogante, Mejía (2006) señala que:

El Saber popular local está relacionado con el sentido común. Los pueblos más simples poseen un sentido de lo divino, de conocimiento, de sensibilidad por el medio que se habita. El sentido común es pensamiento organizado desde la vida misma, es fenomenología de la vida cotidiana. Es ese conocimiento natural, práctico, transparente, asistemático y accesible que se expresa en la práctica, el comentario, la chanza, la anécdota... (p.1)

Es así como el saber popular vive en el sentir de las comunidades en sus maravillosos relatos que muestran el devenir cotidiano, en sus expresiones que marcan su comunicación, su cultura y por ende su ser, y así en ese ir y venir dan respuesta a sus actividades, por ejemplo, cómo cultivar, qué terrenos son difíciles para la siembra dado sus características físicas; el cuidado y crianza de los animales y de los hijos e hijas, la manera como se preparan los alimentos, la prevalencia de ciertos ingredientes a la hora de mercar, el hecho de acoger más familia en una sola casa dependiendo de la necesidad son características basadas en la experiencia que se heredan desde tiempos pasados para actuar, sentir, pensar, desde el quehacer diario.

Como se mencionó anteriormente, en el espacio rural específicamente en las labores agrícolas se manifiesta cierta intencionalidad en la mística y dedicación a la faena que se asume durante un período de vida significativo, y en el que se aplica técnicas y conocimientos tradicionales para el desarrollo de oficios y prácticas, saberes que la misma naturaleza le ha proporcionado. A ejemplo de ello, Castillo, (2018) describe que un campesino aspiraba a que el mayor de sus hijos hiciera una carrera universitaria. Lo consiguió y, además, con una alegría añadida: el joven eligió la carrera de Ciencias Biológicas. Cuando se encontraba en el último semestre pasó, una vez más, las vacaciones de Navidad en la casa paterna. Con el fin de colaborar en la construcción del Belén familiar, que para nosotros sería el pesebre, un día salió al monte para recoger musgo. Le sorprendió mucho que en pleno invierno unas plantas de romero estuvieran en flor. Regresó rápidamente para informar a su padre de lo que consideraba una anomalía de la naturaleza. Tras recibir la noticia, el padre le dijo: “¿para qué te ha servido hacer la carrera de Biología? Te habría ayudado más conocer este refrán: “Romero en flor y moza por casar siempre has de encontrar”.

El anterior ejemplo es una clara muestra que la experiencia no se improvisa y que ciertos saberes no los encontramos en las aulas de clase sino en medio del pueblo con sus habitantes, en el contacto con la naturaleza, en sus costumbres, en los dichos, en el argot popular de nuestra tierra, esto nos ayuda a comprender los cambios del medio ambiente y conocimientos del ser humano. De hecho, el romero es una planta medicinal usada en las comunidades y que muchas personas coinciden que unida a la sábila y al café molido es de buen provecho para aplicarse en el cabello, para evitar su caída entre otros beneficios.

De esta forma, los saberes populares constituyen un pilar fundamental dentro de la Educación Popular donde “su punto de partida es la realidad y la lectura crítica de ella” (Mejía, 2014, p. 6). Muchas veces una realidad marcada por formas de dominación y de control, pero que desde las expresiones artísticas y formas de organización hay que permanecer y resistir manteniendo una postura ética y política de respeto al otro y a la naturaleza en los diferentes escenarios donde el cuestionamiento y el hacer sea una búsqueda constante para la transformación de esa realidad que agobia y oprime.

Y todo ello, se dilucida a través del diálogo que busca realizar diferentes interrogantes de la realidad y de nosotros mismos, desde las palabras de Freire (2010) “el diálogo se impone como el camino mediante el cual los hombres ganan significación” (p. 99) y por ende se emancipan, son sujetos autónomos de su quehacer donde su pensar debe ser verdadero y crítico “éste es un pensar que percibe la realidad como un proceso, que la capta en constante devenir y no como algo estático” (Freire, 2010, p. 103) rígido, enmarcado, vertical, sino cimentado en la criticidad que conlleve a la transformación de la realidad y por tanto, a la humanización de los hombres

Sin embargo, no debemos desconocer que existen élites donde el diálogo no tiene cabida donde “la imposición de formas de pensar tiene como fin la enajenación de la población, así la manipulación junto con la dominación hacia estos sectores sociales se llevará con mayor facilidad” (Espinosa, 2007, p. 64) porque un pueblo acallado, sumiso parece no existir es invisible y es más fácil de convencer frente a los intereses de quienes tienen los instrumentos de dominación. Cuando se imponen formas de pensamiento, también, a la par y de forma intencional el objetivo es causar división, desprestigio y cooptación en los grupos populares cuando estos se expresan, cuando actúan y cuando trabajan con y para el pueblo, pues esta sociedad patriarcal – racista producto de siglos de capitalismo salvaje no acepta otras dinámicas participativas de esperanza, de libertad y de emancipación.

Con relación a la anterior problemática expuesta, se dice que debido a los sistemas de dominación, hemos terminado construyendo una idea de desarrollo fundada en la imitación de modelos ilustres y la subordinación de unas regiones a las prioridades de otras, al mismo tiempo, pululan discursos fundamentalistas de tono político y religioso los cuales se imponen en la cultura justificando la exclusión y estigmatización del otro que es “diferente”, porque las culturas y los modelos están pensados para la cultura del hombre blanco, para el hijo que vive con sus padres, para un contexto urbano, para unos niños y niñas que tienen computador e internet, el resto, los indígenas, el negro, los y las que viven en el campo, los que se crían en hogares disfuncionales, el homosexual, los niños y niñas que no tiene un computador, son invisibilizados frente a estas ideologías de poder, y como consecuencia de todo este dominio se ha menospreciado las sabidurías de los pueblos nativos en todas las regiones del mundo, sus mitologías e innumerables conocimientos adquiridos por la observación a través de los siglos; para ilustrar Espinosa (2007) plantea como,

Las clases dominantes invaden culturalmente y esta invasión penetra en una sociedad a través de los medios informativos, los cuales modifican la forma de ver la realidad de las personas, invadiendo su espacio histórico, social, cultural e ideológico. Además, de que por medio de esta invasión cultural se pueden introducir leyes, normas, políticas, etc. Por lo que muchas veces la población en general refleja una conciencia que le ha sido dada por la clase dominante y así mantener el statu quo; “masas conquistadas, masas espectadoras, pasivas, divididas y por ello masas enajenadas”. Estas masas son la población en general, la que los de la clase alta u opresoras consideran sin educación. (p. 64)

Los considerados hijos de nadie, son hijos de nadie que han heredado saberes ancestrales, que poseen una riqueza cultural que los opresores no valoran; pero que unido al contexto propio y desde el diálogo, la observación, podemos comprender su cosmovisión respetar sus costumbres, porque el entorno también es un espacio de aprendizaje y así podemos ser empáticos y entenderles, “como seres transformadores y creadores en sus relaciones permanentes con la realidad” (Freire, 2010, p.115) con sus ideas y sus concepciones frente a la vida.

Otro punto a analizar, en este apartado es el contexto, el cual es el punto de encuentros, del sabedor o de la sabedora, del saber popular, del diálogo, en esta dirección Mejía (2014) plantea que:

Un contexto donde se mueven los procesos que buscan hacer visibles las concepciones propias de lo popular existentes en ellos, hasta la búsqueda de esos saberes propios, fundados en troncos epistémicos particulares por el origen de los participantes, sus pertenencias a grupos sociales y claves, lo cual hace visible en sus prácticas unos troncos epistémicos no solo diferentes, sino que toman cuerpo en formas de organizar el mundo en

forma no coincidente y semejante a ese “conocimiento” en el cual nos hemos educado.

(Mejía, 2014, p. 11)

Un contexto donde se pueda comprender el significado de ser adulto mayor, adulto, niño o niña, hombre o mujer y con ello, lograr disminuir las brechas intergeneracionales para potenciar un contexto ligado al respeto a la tolerancia porque así se puede entender los estilos de vida, las formas de hablar, sus tradiciones orales, sus costumbres porque precisamente todo ello es lo que le da identidad cultural a una región; en este sentido, cuando dialogamos se entreteje un cúmulo de tradiciones orales que vienen de años atrás, porque según Ramírez (2011) en principio la tradición oral significa -Yo entrego- es por ello, que se entiende que es la entrega de una generación a otra y todo lo que se transmite por medio de la palabra se llama tradición oral; por su parte Rojas (2008) “refiere que la tradición oral es una forma de mantener viva la memoria” (p. 3) una memoria que no debe morir en nuestras comunidades.

Es por ello, que se hace necesario pensar la realidad desde América Latina, desde nuestra historia, desde el Cauca y desde la comunidad Moralense, es decir, desde los sujetos que la constituyen desde nuestra identidad indoamericana, desde nuestros saberes, desde nuestros sueños, desde nuestros cuerpos sometidos, y desde nuestros cuerpos rebeldes que recrean relaciones de vida locales, entendidas desde la familia, el colegio, la vereda, la organización comunitaria y los grupos culturales o deportivos.

2.1.3 Las plantas medicinales

No es un secreto que nos encontramos bajo un modelo capitalista donde priman los intereses particulares sobre los colectivos, y que estos intereses han conllevado a la destrucción

de la biodiversidad, a la alteración de la naturaleza por acumulación de desechos y sobreexplotación de los recursos naturales, conduciendo así a desequilibrios ambientales haciendo cada vez más visible la contaminación del agua y del aire, produciendo erosión en grandes extensiones de tierra lo cual ha degradado el planeta y ha traído como consecuencia el calentamiento global, en resumen, Barboza, (2013)

Plantea que es la actividad humana con sus medios de producción, la proliferación de un mercado basado en políticas arbitrarias de producción, el consumo excesivo, el modelo de extracción irracional de recursos naturales y la indiferencia sobre la protección del ambiente, las causas principales del calentamiento global. (p. 5)

En este sentido, la mayoría de los seres humanos de una u otra manera es partícipe de la degradación del planeta, porque nos hemos convertido en una sociedad de consumo que todos los días utilizamos bolsas de plástico, botellas plásticas, empaques de vidrio, e infortunadamente en su mayoría no tenemos la cultura de reciclar, no minimizamos o eliminamos el consumo de ciertos productos que implican la saturación de la naturaleza y la degradación de los animales; además, manipulamos por la agricultura industrializada usamos agrotóxicos para cultivar, los cuales traen efectos secundarios en el medio ambiente y en la salud de los seres humanos, en otras palabras no buscamos otras formas de vida porque las que tenemos nos permiten estar en una zona de confort, pero estas acciones no contribuyen a la conservación del medio ambiente; según las estadísticas Colombia no es ajena a estos fenómenos, pues se considera que:

Colombia ha perdido el 84% del área del glaciar; sufre el blanqueamiento en los ecosistemas coralinos, la pérdida de playas y la erosión costera; y como consecuencias de eventos climáticos extremos, se repiten los desastres por avenidas torrenciales y sequías;

y podría tener en alto riesgo de extinción un 10 % de sus especies, cuando el gradiente de temperatura se incrementa en un grado centígrado. (Duque, 2018, p. 10).

Es así, como en los últimos años nuestro clima ha cambiado, ya que, en otros tiempos los indígenas, los campesinos se guiaban mediante el tiempo para sembrar y para cosechar, pero hoy en día, se ha tornado complicado, el verano ya no dura tanto tiempo o suele llover en medio de lo que se consideraban días secos, las temperaturas son altas cae granizo en gran proporción de forma intempestiva ocasionando destrucción de los cultivos y del ecosistema.

De otro lado, también nos encontramos frente a una gran problemática, desde hace dos décadas en Colombia se usa el glifosato para combatir el uso de los cultivos ilícitos, no obstante, desde el año 2015 se decidió suspender esta práctica por los impactos graves e irreversibles que esto puede ocasionar en el medio ambiente, sin embargo, están buscando la normatividad para reanudar estas fumigaciones, según declaraciones de la Ex ministra de Justicia y del Derecho Margarita Cabello (cargo que ocupó hasta el 18 de agosto del año 2020) al periódico el tiempo quién anunció lo siguiente:

Que el gobierno solo estaba a la espera de los resultados de estudios que demostraran que era posible minimizar los riesgos de la aspersión del glifosato para la salud y el ambiente, y que estos estaban a cargo, justamente, de esos ministerios. De hecho, el anuncio del borrador de decreto ya fue hecho tanto por la ministra de Justicia como por el ministro de Ambiente, Ricardo Lozano. (p.1)

Lo cual es una muestra evidente que están buscando a toda costa volver a la reactivación de estas fumigaciones o también llamada la aspersión aérea, pese a los pronunciamientos de la

Corte Constitucional y a las denuncias que se han presentado por parte de las comunidades, se pretende seguir usando este mecanismo para erradicar los cultivos de uso ilícito y no tienen en cuenta que este accionar afecta a otros sembradíos de pan coger incluyendo las plantas medicinales que hacen parte de las tradiciones que llevan a cabo las personas que trabajan en el campo, evidentemente, todo esta problemática ha traído efectos colaterales, entre ellos se puede mencionar:

El desplazamiento, contaminación de ecosistemas, el daño a la biodiversidad y la extrema pobreza de la población colombiana en medio del conflicto y presencia guerrillera, se ha visto agravada con la inclusión de las fumigaciones aéreas, los menores y adultos que nada han tenido que ver con el conflicto o las actividades delictivas estipuladas por el Estado, son los que en realidad han pagado los platos rotos en la lucha antinarcoática (Bolaños. 2015, p. 25).

Con relación a lo anteriormente expuesto se ha evidenciado unas de las tantas problemáticas que afronta nuestro territorio colombiano porque la visión de vida predominante se traduce en signo pesos, pero afortunadamente, como se ha mencionado aún quedan esas comunidades que luchan incansablemente por salvaguardar sus tradiciones y cada día realizan actos de resistencia y van a seguir educando a sus hijos de acuerdo a su visión de mundo y sobre todo afirmando que “la tierra no nos pertenece, somos nosotros quienes pertenecemos a ella, por tanto, debemos saber ocupar nuestro lugar” (Tumbo, 2008, p. 2).

A partir de ahí, podemos ver como el pueblo Nasa plantea, vive y presenta otra cosmovisión de mundo considera a las plantas como hermanas y se las trata de forma igual, porque son seres vivos que nacen, crecen, se reproducen y mueren, y a ellas como todo ser vivo

se le brinda amor y cuidado, en este sentido, el ser humano es un todo con lo que le rodea, por tanto, se consideran personas:

A las piedras, los animales y las plantas, pues ellas sienten se comunican, se enferman, se relacionan, se reproducen y cumplen con su papel determinado por las leyes de origen de la naturaleza. Por consiguiente, si las plantas son personas, ellas son para nosotros, los Nasa hermanas a quienes debemos respeto, colaboración y convivencia. Son nuestras hermanas porque tenemos la misma Madre y Padre, siendo la Tierra y el Sol los padres generadores de toda la vida, de quienes dependemos (Tumbo, 2008, p. 8).

Dentro de este marco, se muestra el pensamiento de una de las comunidades indígenas que choca con el pensamiento occidental, ellos buscan proteger la naturaleza porque ella es quién les alimentan en todo el sentido de la palabra, tanto corporal como espiritualmente y buscan que las hermanas las plantas “de cualquier parte del planeta sean respetadas y valoradas por su aporte significativo a la vida y a mantener la armonía y equilibrio en nuestra Madre Tierra” (Tumbo 2008, p. 8) pues su energía es alimento tanto para el cuerpo como para el espíritu.

Según la concepción del pueblo Nasa y junto a ellos la comunidad campesina comparten que las plantas medicinales como las demás plantas poseen una energía positiva o negativa que estas ayudan a que exista una armonía y equilibrio en los integrantes de las familias que las cultivan, en ese sentido, existen plantas que son reguladoras de las energías negativas o positivas, por ejemplo, la sábila canaliza las energías negativas, garantizando que no circulen por la casa o en los negocios, así mismo, existe el clavel blanco que permite que las energías positivas circulen por toda la vivienda, alcanzando niveles de armonía y equilibrio.

En el pueblo Nasa se construye el Tul (que es el espacio designado, donde se encuentran plantas de diversos tamaños, colores, olores y usos, así como animales) en la cosmovisión campesina no existe la palabra Tul, como tal; no obstante, en muchos hogares habilitan un gran espacio en la finca para sembrar plantas, las plantas ornamentales suelen sembrarlas alrededor de la vivienda y las plantas medicinales las siembran en medio de otras plantas o hacen eras y ahí son cultivadas. Las plantas medicinales son delicadas y de gran cuidado, pues el “simple” hecho de pasar por encima de ellas, tocarlas o con mirarlas mal, puede ocasionar que se marchiten y mueran, por eso no es gratuito que una planta medicinal de un momento a otro muera las energías negativas y positivas también influyen en ellas.

El espacio del Tul o el espacio que tenemos designado para sembrar las plantas medicinales debe estar bien diversificado y diferenciado, teniendo en cuenta el lado derecho o el lado izquierdo, la cultura Nasa nos comparte con Tumbo (2008) lo siguiente:

Que al lado izquierdo hay que sembrar las plantas calientes y al lado derecho las frías o armonizadoras, todo con el fin de que cada quien ocupe su lugar y con la intención de proteger a los miembros de las familias, captando por la derecha las energías positivas y dejando que circulen y se vayan por la izquierda las energías desarmonizadoras, retomando la forma de espiral de derecha a izquierda. (p. 14)

Los mayores y la sabiduría popular, aconsejan no sembrar cerca a la casa, árboles de eucalipto porque estos atraen con gran facilidad los rayos, por el contrario, aconsejan sembrar guadua porque ella protege, según la leyenda los rayos no pasan por los guaduales porque sus finos chuzos los lastiman mientras cruzan, es así como los guaduales son un cerco que salvaguarda las viviendas de las personas que habitan el campo, de esta forma en las hermanas las plantas se encuentran muchas soluciones a los inconvenientes que se nos presentan, de ahí el

cuidado y amor que hay que brindarles, todo ello reflejado en las acciones recíprocas de cuidado y de amor, porque hacen parte de nuestras familias, la forma como se orienta a sembrar las plantas medicinales tiene relación con el ritual que se realiza cuando se ingresa a la Tulpa, para armonizar se toma el frasco de chirrincho con la mano izquierda y desde los pies subimos por toda la parte derecha hasta la cabeza y desciende por la parte izquierda para liberar las energías negativas, en este sentido cada acción se conecta con otras.

2.1.4. Plantas medicinales y sabor casero

Las plantas medicinales aparte de ser medicina para el cuerpo y el alma, también ha formado y forma parte de la comida tradicional de nuestros pobladores, las han usado como ingredientes fundamentales para darle su toque de exquisitez a las recetas diarias, para los niños y niñas, las embarazadas y demás personas que conforman las familias de la comunidad, aunque no es un secreto que los mercados que realizan las personas que habitan el campo o que cultivan en sus fincas, se compone de proteína animal también, en un gran porcentaje consumen vegetales y por ende las plantas medicinales.

No es desconocimiento que las bases nutricionales de las comunidades campesinas han cambiado, el principio económico de la oferta – demanda, con la llegada de nuevos productos a la mesa, como los empaquetados y listos para fritar o servir son la nueva moda de alimentación de las familias colombianas, ahora se consume las denominadas comidas rápidas o comida chatarra que lo único que trae es aumento de peso si no la contrarrestamos con una buena rutina de ejercicio, pues si no se hace de esa manera, el aumento de peso trae consigo obesidad, problemas al corazón, cansancio, fatiga que no permiten el bienestar del ser humano, además, no

estamos alimentando de forma sana nuestro cuerpo, porque al cuerpo también hay que cuidarlo como parte del todo y ese cuidado tiene que ver con lo que consumimos a diario.

Toda esta “variedad” alimenticia de la que hemos hablado se visibiliza en gran medida en las ciudades que ha ido permeando poco a poco los pequeños pueblos ya sea, través de las personas que migran de las grandes ciudades y llegan con ideas de cambio y de aparente progreso; o de personas que se fueron del territorio por un tiempo y regresan con nuevos aprendizajes en estos campos. En las veredas y corregimientos antes del Covid -19 las comidas rápidas no eran parte de las ventas de los campesinos por diferentes factores: primero, porque la mayoría tienen sus fincas y tanto el hombre como la mujer se dedican a cultivar en ellas; segundo, porque la figura del domicilio tampoco existe y no es rentable en estas zonas; tercero, porque las personas oriundas de estos sectores desconocen de la preparación de dichas comidas rápidas y algunos ingredientes no hacen parte de sus compras.

Por consiguiente, las personas que deseaban compartir una hamburguesa, un perro caliente, debían movilizarse al pueblo en este caso a Morales y comprar allí, con el cierre de los establecimientos durante cinco meses esto cambió un poco ya que algunas personas vieron una fuente de ingreso el establecer un puesto de comidas rápidas, algo rudimentario en algunas partes centrales de los corregimientos, todo ello se dio, después de prescindir definitivamente de los puestos de control que dividían a las veredas y no permitían el tránsito libre de sus habitantes, sin embargo, como en septiembre del año 2020 se dio vía libre para la reapertura de los locales comerciales las personas han regresado a estos sitios y se desplazan de las veredas a la cabecera municipal como era costumbre.

No obstante, todavía existen muchas personas que desconocen las denominadas comidas rápidas las cuales no hacen parte de su suplemento dietario y otras que optan por no consumirlas, en cambio recomiendan las plantas medicinales como parte del consumo diario donde se busca un equilibrio armónico entre el cuerpo y el espíritu; un ejemplo de ello se presenta en los niños y niñas, se dice que después de los seis meses,

...se debe iniciar una dieta complementaria con caldos suaves y puré de papa y zapallo (...) las coladas de guineo son excelentes para adaptar el estómago al bebé, se pueden preparar coladas de avena, chachafruto que son muy suaves, además, de las coladas de rascadera y plátano son buenos complementos a la alimentación materna (...) en estas coladas se pueden agregar algunas de las siguientes plantas aromáticas: hojas de hierba buena, hojas de menta, hojas de cedrón, hojas de toronjil, hojas de limoncillo, hojas de orozul, hojas de poleo, variando por día. (Tumbo, 2008, p. 54)

Es así como esta unión con las plantas medicinales que son frescas y calientes contribuyen al bienestar de los niños y niñas y coadyuvan a un buen funcionamiento del sistema digestivo, también recomiendan a las mujeres consumir alimentos apoyados con las plantas medicinales durante el embarazo y después de este, se recomiendan los sancochos de gallina, acompañados con papa guata, plátano o guineo, arracacha, ajos y perejil. Pasados los quince días, se recomienda consumir arroz e infusiones con hierbas calientes. Además, puede consumir chocolate con canela y dos hojas de ruda, con el fin de ayudar a sacar el frío del cuerpo y disminuir los cólicos, también, “se aconseja por los mayores tomar en aromáticas: toronjil, albaca, hinojo y hierba buena, las cuales ayudan a la lactancia y a descontaminar el cuerpo, ayudando así, a prevenir enfermedades” (Tumbo 2008, p. 54)

De esta forma se ilustra como las plantas medicinales, hacen parte de las comidas tradicionales de nuestras culturas, fomentado la sana alimentación y el buen vivir entre sus habitantes, por tanto, son estas prácticas las que transforman las realidades de las personas y los seres humanos se convierten en sujetos emancipados.

2.1.5 La educación popular y plantas medicinales en la escuela

En el transcurso de la historia de una sociedad se desarrollan transformaciones que intervienen notablemente en los procesos educativos. Anteriormente bajo profundas concepciones religiosas, movimientos políticos y filosóficos era de alguna manera fácil manipular, decidir y dirigir las acciones de los demás a favor de unos intereses en particular, con el simple hecho de castigar, expulsar y en razón del conocimiento mismo, limitando su desarrollo a la medida de unos pocos. Esto en términos de la escuela, el educador dueño y señor del conocimiento con un reconocimiento de autoridad que le confería la misma sociedad, articulaba muy bien la reproducción de conceptos y la disciplina del educando.

En este sentido cabe decir, que el educador de hoy en día, contrario a toda la filosofía impartida durante el siglo XX por los más grandes pensadores de la pedagogía crítica continúa cometiendo errores típicos de la escuela tradicional. En primer lugar, no se establece una relación entre el educador y el educando, más bien se presenta el paradigma clásico de denominar a estos dos como el que sabe y el ignorante, sin tener en cuenta que el mismo educador aprende de sus educandos. En segundo lugar, las prácticas pedagógicas aunque han ido siendo cambiantes conforme son aprobadas nuevas reformas y nuevos estatutos, aún conservan algunas estrategias de enseñanza que no permiten que el educando se construya como un sujeto social y un ciudadano activo; un ejemplo de esto es la forma en la que están diseñados

los salones en las instituciones educativas de básica y en muchas universidades: el educador al frente y todos los aprendices detrás sentados en un orden y unas filas establecidas, como si se instituyera una jerarquía de saber y conocimiento desde ese momento; en cambio otra forma más pedagógica, equitativa como una mesa redonda la cual es imparcial y permite entonces que cada sujeto aprenda del otro sin que este otro sea necesariamente un educador.

En la actualidad el educador no solo tiene que ingeniárselas para lograr el aprendizaje del estudiante con métodos diferentes al castigo, sino que además, su metodología debe promover la búsqueda de conocimientos de manera investigativa, práctica, y reflexiva que favorezca el desarrollo de las habilidades y el saber hacer en contexto. En este sentido, en este espacio analizaremos el carácter político de la educación y la inmersión de proyectos pedagógicos en este caso relacionados con las plantas medicinales en la escuela donde los educadores seamos sujetos activos, transformadores e innovadores y no reproductores de las falacias del sistema educativo colombiano que tantas disparidades ha evidenciado con el paso del tiempo, afianzando lo anterior Dewey (2007) enfatiza que:

La misión de la escuela y del sistema educativo no es otra que la formación del pensamiento reflexivo de los alumnos para asegurar su participación activa, creativa y responsable como ciudadanos que actúan inteligentemente en la solución de los problemas propios y sociales. (p.2)

Es por ello, que se hace necesario reflexionar sobre el papel de la educación en contexto retomando las miradas desde Paulo Freire y otros representantes de la pedagogía crítica, cabe decir que Freire dedicó gran parte de sus reflexiones y trabajo en este campo construyendo propuestas educativas esperanzadoras en educación que tienen prevalencia en estos tiempos

donde una pandemia circunda el planeta tierra, en donde los educandos han tenido que aprender y desaprender desde la casa, el territorio y en el trabajo agrícola.

Una de las principales preocupaciones de Freire, “fue el deseo de que el ser humano, su naturaleza y su condición, constituyeran el centro de toda actividad educativa” (Chaustre, 2007, p. 4) una actividad educativa liberadora de pensamiento auténtico, donde ya no prima que el educador es siempre quien educa y el educando el que es educado; en otras palabras, una educación bancaria, donde el estudiante es un agente pasivo que solo recibe y recibe, es por ello, que Freire rechazó estas prácticas cargadas de mecanicismo, memoria, narraciones de contenido que tienen tendencia a petrificar o a transformarse en algo inerte y que al mismo tiempo, se refiere a la realidad como algo detenido, estático, dividido y bien configurado; de esta forma el educador aparece como su agente indiscutible, cuya tarea es llenar de contenido a los educandos donde la palabra se transforma en una palabra hueca, en verbalismo alienado y alienante, por tanto,

De ahí la necesidad de repensar la educación en donde las condiciones del presente y del pasado histórico inciden en los procesos que se desarrollan en las instituciones educativas y en donde las experiencias y los aprendizajes escolares tienen un cierto grado de incidencia en los comportamientos particulares dentro de los ámbitos colectivos (Chaustre, 2007, p.101)

En esta perspectiva, pensando en prácticas y experiencias que tengan incidencias positivas de transformación en los educandos desde la Educación Popular se ha aterrizado los saberes populares alrededor de las plantas medicinales al ámbito escolar, donde las educandas sean partícipes activos de la realidad, del contexto y se apropien con autonomía de esos

conocimientos que perviven en la cultura como aporte a la construcción de su identidad ya que, estos productos naturales constituyen un cimiento fundamental para el cuidado de la salud en las comunidades y que en la mayoría de los casos la ciencia rechaza, en concordancia a este enunciado, Chaustre (2007) menciona lo siguiente:

Con estas prácticas se le da a la educación y en especial a la escuela un carácter emancipador en donde el diálogo, la participación, la deliberación y la acción social conduzcan a prácticas verdaderamente democráticas. Se propone entonces una Educación que libre de la alienación, que sea una fuerza para el cambio y para la libertad. La opción por lo tanto está entre una educación para la domesticación alienada y una educación para la libertad. (p. 102)

A lo cual nuestra apuesta política es una educación para la libertad que depende de la voluntad propia del educando, su sed de conocimiento de adquirir nuevos saberes que normalmente se hallan fuera del currículum establecido. De esta manera, es claro que en el sentido más general la misión del educador es volverse innecesario y pasar a ser un guía y un acompañante más que una figura de autoridad que no puede pretender que en una clase o en un curso el estudiante aprenda todo de él, como si de una máquina almacenadora de datos se tratase, sino que por el contrario ambos sujetos se construyen, deconstruyen, en otras palabras, una propuesta con un análisis político que se mueve desde la cotidianidad del espacio escolar, familiar y comunitario que promueve los espacios de comunicación y diálogo.

Es así, como vamos aportando elementos para la formación de sujetos y comunidades participativas que contribuyan a la resolución de conflictos en una sociedad permeada por la violencia y por ende desecha y erradica prácticas discriminatorias que según Chaustre (2007) segregan sutilmente a aquellos individuos que, por razones étnicas, de género, culturales o

económicas no logran adaptarse al sistema institucional, o si lo hacen es de manera tangencial, y por ello, a través de procesos sofisticados, empiezan a ser señalados por la misma.

Por tanto, se hace necesario que la educación sea asertiva y contribuya a mejorar la calidad de vida, proporcionando los fundamentos y herramientas necesarias para resolver las problemáticas que emergen de un mundo en constante evolución, lo cual permite desarrollar ambientes saludables de aprendizaje donde el educando se involucra activamente en la construcción de conocimientos para su propio aprendizaje y fortalecimiento de su identidad dentro de la comunidad y fuera de ella.

3. VOCES DE ELLAS

La comunidad de San Isidro y veredas aledañas de donde provienen los y las estudiantes de la Institución Educativa Agropecuaria Máximo Gómez me abrió las puertas para dialogar y reflexionar sobre su cultura que los identifica como sujetos campesinos pertenecientes al municipio de Morales – Cauca, es una comunidad diversa, colmada de quebradas, las fincas poseen nacimientos de agua y en cantidades pequeñas algo de bosque, algunas de sus veredas tienen acceso a la represa de la Salvajina fuente de transporte y economía de los habitantes.

Como se mencionó anteriormente el diálogo de saberes es la manera como nos acercamos a las personas, en estos diálogos participaron mujeres mayores que hacen parte de la comunidad y a nivel educativo, las educandas de grado once y grado noveno quiénes fueron partícipes dinámicos de este proceso de recuperar, conocer, establecer diálogos intergeneracionales con sus familias alrededor de las plantas medicinales.

Este proceso inicia con la presentación de la propuesta a los y las estudiantes, quienes se mostraron receptivos porque no se pretendía imponer un proceso, pues es importante que las partes involucradas estén en común acuerdo y el tema sea de su interés con el fin de que los aportes se den de forma significativa en las comunidades. De esta manera, vimos conveniente realizar unas preguntas a trece estudiantes, con el fin de conocer sobre sus saberes previos relacionadas con las plantas medicinales, en este sentido, a la pregunta ¿Utiliza plantas medicinales para solucionar problemas de salud? A lo que el 92,30% respondió que sí las usan; un 46,15% respondió que cuando las necesitan las recogen del campo, donde un familiar o un

vecino y un 30.76% las recoge del campo de sus casas porque ahí las cultivan y el 15.38% las compran en la galería.

Analizando la respuesta de quienes afirmaron que las plantas medicinales las cultivan en casa, pudimos ver que las niñas provienen de familias indígenas y que para ellos es primordial su uso y cultivo dentro de sus fincas, pese a que no todas y todos las cultivan en sus casas afirmaron en su totalidad que ellas contribuyen a la salud humana y que les gustaría profundizar sus conocimientos en este campo y están en la disposición de entablar diálogos con las personas mayores de la comunidad, pues son conscientes de que saben poco de las plantas medicinales.

El primer acercamiento que tuvimos con las plantas medicinales, fue de sensibilización, reconocimiento y uso de una planta medicinal en la región, todo ello, en concordancia con Zuluaga (1994, p. 2) la cual es “una advertencia para que todas las instituciones del país emprendan una labor urgente de conservación de las plantas medicinales, llamadas, en el umbral del tercer milenio, a ocupar nuevamente un papel importante en la ecología y en la salud humana”; para dejar de hacerle el juego a las farmacias y a los medicamentos que circulan en el mercado; de esta forma se motivaron y la mayoría sembraron las plantas en una matera y la trajeron a la Institución la cual la socializaron con sus compañeros y compañeras de estudio.

Todo este ejercicio fue mediado por la praxis que es la iniciación de este caminar gestado primeramente desde el ámbito escolar para dirigirnos al espacio comunitario y familiar, en un segundo momento se realizó una socialización de la propuesta a los padres de familia quienes vieron con buenos ojos que los jóvenes nos involucremos en este proceso y

compartamos con las personas mayores de estos saberes, pues se hace necesario un acercamiento que una fronteras de conocimientos.



Fotografía N° 1: Socialización de propuesta a padres de familia.

El compromiso estaba dado de mi parte, se mostró una alternativa dentro de la Institución como una manera de adentrarnos en este mundo de las plantas medicinales, los padres de familia vieron la propuesta como algo necesario e importante dentro de la comunidad educativa, todo ello sustentado desde Zuluaga (1994) quien afirma que hoy en día:

Con el conocimiento de los ecosistemas y teniendo una visión más integral de la naturaleza y del lugar que en ella ocupa el hombre, se ha llegado a la conclusión de que la salud humana depende en gran parte de los recursos naturales -aire, agua, paisaje, alimento- y en particular del reino vegetal, de modo que podemos afirmar sin vacilación que éste es equiparable a una gran planta medicinal y que cualquier programa dirigido a la atención primaria, la prevención y el

mejoramiento de la calidad de vida fracasará si no se tiene en cuenta la recuperación y la conservación de estos recursos naturales. (p. 3)

La Institución en diálogo con el profesor Miguel Ángel Rivera, docente del área Técnica producción Agrícola, nos limitó una parte de la granja de la Institución para realizar el proceso con los educandos de siembra de las plantas medicinales a principio de este año lectivo 2020, alcanzamos a realizar la preparación del terreno, sin embargo, con la llegada de la pandemia, la perspectiva de presencialidad y el desarrollo de actividades en la granja cambió totalmente.



Fotografía N° 2: Limpieza del terreno



En este sentido la escuela cambió su espacio y volvimos a los hogares, desde ahí empezamos a dialogar con los padres de familia a través de llamadas telefónicas, vía Whatsapp y unos pocos encuentros presenciales, teniendo en cuenta los protocolos de bioseguridad y el ejercicio que hice en casa. Cabe enfatizar que todo este proceso fue permeado por el Covid -19 una pandemia, que inundó nuestras vidas en el año 2020 y 2021, aunque el aislamiento

obligatorio culminó, seguimos cuidándonos manteniendo los protocolos de bioseguridad en casa y fuera de ella.

3.1 Recorriendo el patio de la casa de las sabedoras campesinas

En este apartado elevaremos puntualmente las voces de las mujeres campesinas, quienes fueron y son partícipes de este proceso. Entre las mujeres sabedoras tenemos a la señora Orfilia Arce de la vereda la Estrella; Edis María Díaz de Velasco, oriunda de la vereda Veraneras; Lucerina Ríos, vereda el Porvenir; Norma Velasco, vereda Lomo de Oso; Ana Dilma Pechene, oriunda de la vereda San Isidro reside en el momento en la ciudad de Cali; con ellas establecimos diálogos presenciales, excepto la señora Ana Dilma, donde la comunicación ha sido a través de WhatsApp.

En este sentido, se hace necesario exponer unas bases que se deben tener en cuenta cuando cultivamos plantas medicinales, este saber fue compartido por la Alcaldía Álvaro Obregón de México, a través del taller de herbolaria “Aprende a utilizar plantas medicinales para la fabricación de diferentes productos herbolarios” vía Google meet donde tuve la oportunidad de asistir. Son experiencias tomadas de los mayores de las comunidades mexicanas, pues algunas personas mencionan que las plantas medicinales ya no funcionan, sin embargo, hay que tener en cuenta que se ha perdido conocimiento de cómo conectar y como tratar a las plantas para que curen y se pueda poner en práctica en las regiones.

En principio para cortarlas hay que tener en cuenta la hora, ya que las plantas medicinales deben cortarse en horas de la mañana, entre las 8:00 a.m. y 11:30 a.m. más temprano no, dado que el rocío de las plantas hace que ellas oculten sus propiedades curativas, entonces de ocho a

once y treinta, en ese lapso la planta medicinal está en todo su esplendor, la planta está tranquila, al medio día no se recomienda cortarlas, porque si realizamos este proceso a este hora, la planta está agotada y cansada, para entenderlo se presenta la siguiente analogía, el cómo nos sentimos al medio día, nos sentimos acalorados, agotados, entonces, en ese mismo sentir se va a encontrar a las plantas, por lo tanto, tampoco nos van a proporcionar propiedades medicinales; por la tarde, tampoco se puede ¿Por qué cómo nos sentimos nosotros como seres humanos en la tarde?, pues nos sentimos cansados, con flojera, sueño, así mismo sucede con las plantas medicinales.

También, debemos tener en cuenta el lugar donde se cultivan, de acuerdo con las sabedoras debe ser libre y lejos de la contaminación no podemos sembrar a la orilla de la carretera, ni donde están cultivando con agroquímicos, donde echan basuras, su lugar preferido es el bosque o en los patios de las casas lugares donde cultivan de forma natural, libre de agrotóxicos.

Otro factor que se tiene muy en cuenta son las fases de la luna, porque se dicen que la savia sube y que la savia baja dependiendo de la luna y ella posee propiedades curativas, entonces cuando hay luna llena, se comparte que siempre se debe colectar la hoja, flor y fruto porque todas sus propiedades medicinales están ahí, si se corta el tallo y raíz no se va a encontrar propiedades medicinales porque no las tiene en ese momento. En luna, creciente se puede cortar tallo y corteza porque precisamente va subiendo la savia y van subiendo las propiedades curativas. En luna menguante, se puede cortar el tallo y la raíz porque va bajando la savia, así mismo van bajando las propiedades curativas, si cortamos, hoja, flor y fruto en luna menguante pues no se encuentra ninguna propiedad medicinal y en luna nueva, solo se corta la raíz.

Así mismo, se toma en cuenta el modo como se cortan las plantas, recomiendan las sabedoras que para el corte de las hojas se debe dejar las ramas principales, y solo cortar parte de las hojas, porque hay muchas personas que no saben cortarlas, las halan y las arrancan, de esta forma se lastima a la planta, porque la planta como tiene vida se puede ofender o se va a sentir incomoda. También la flor, el fruto, hay que sacarlo con mucho cuidado que no se vaya a maltratar a la planta porque es para consumirlo y para curarnos. El tallo en lo posible se hace el corte a lo largo, para evitar maltratar a la planta, porque cuando llueve esta entra y puede matar a la planta; las raíces hay que cortar las más gruesas, pero sin tocar la principal se puede cortar la de los lados, normalmente la principal está en el medio, esa no porque si no se muere la planta.

Algo muy importante, se debe buscar plantas sanas, que no estén enfermas, que no tengan hongos que no tengan plagas, porque si la cortamos enfermas pues no van a compartir sus beneficios curativos. Se tiene en cuenta la época del año, por ejemplo, las flores tenemos que colectarlas en la máxima floración, pero que no se estén secando; los frutos cuando están en su punto, tampoco no muy maduros ni muy verdes deben estar en un término medio que se pueda aprovechar y las hojas se pueden cortar a principio de verano que tiene que ver entre julio y octubre; las semillas cuando el fruto está maduro, se le saca la semilla; la raíz, el tallo, la cáscara o corteza esa se va a cortar a principios entre marzo y abril son los tiempos donde tienen mayor propiedades medicinales.

3.1.1 Cultivadores de saberes y sabores moralenses

Nuestras sabedoras nos mostraron las plantas medicinales que cultivan en el patio de sus hogares, pues las cultivan y las preparan de forma frecuente tengan o no alguna dolencia, porque según ellas, están al alcance de sus manos a la hora que sea necesario y porque hacen parte de su

ser como mujeres campesinas lo cual le da identidad a su forma de vida y a su quehacer, desde la perspectiva de Reyes (2009) ellas las usan porque:

Algunas personas se muestran escépticos sobre la eficacia y calidad del sistema de salud en el país y prefieren recurrir a métodos alternativos. También, porque no tienen acceso, o es muy complicado penetrar el sistema y el esfuerzo es demasiado grande para los resultados obtenidos, o porque tienen algunos recursos de conocimiento provenientes de su propia relación con plantas medicinales u otros elementos de su entorno natural que pueden movilizar debido al saber transmitido oralmente en sus propias comunidades. (p.5).

Es por ello, que la señora Ana Dilma, menciona que hay que cultivar las plantas medicinales, porque las necesitamos, siempre vamos a necesitar de ellas; entonces, por eso tenemos que seguirlas sembrando para no dejar que se terminen, no dejar que se acaben; porque hay gente que no las conoce y pues las van acabando las van dañando y hay que tener en cuenta que existen muchas plantas que se dan silvestres y son muy buenas. Sino que hay muchas personas que no han aprendido a distinguir las plantas y a conocerlas; entonces cuando nosotras las conocemos y las vemos que están como en extinción, ahí es donde tenemos que cultivarlas para que nunca se extingan. Por eso hay que estar pendiente de ellas y nunca dejar de tenerlas en nuestro hogar; sembrarlas, y estar pendiente de ellas para que no se mueran.

Todos estos saberes implican conocer el uso medicinal, alimenticio, ornamental y sociocultural de las plantas medicinales, así como el manejo y conservación de los recursos naturales para entender la relación que se establece entre la naturaleza y los seres humanos.

A continuación, se presentan los diálogos que se tejieron alrededor de las plantas medicinales que se cultivan en las veredas del municipio de Morales.

Anamú: *Petiveria alliacea* L. (Phytolaccaceae) -Planta originaria del trópico americano, incluyendo Suramérica, América Central y el sur de Estados Unidos (UNAM, 1999; Arenas, 2011). Es una hierba perenne, de olor fuerte, algo leñoso en la base. De 30 a 100 cm de altura que crece desde el nivel del mar hasta 1.200 msnm (Linares, 2007). Presenta hojas alternas, enteras, diminutamente estipuladas de 6 a 19 cm de largo y de 2,5 a 5 cm de ancho, en general elípticas y brillantes.

Parte utilizada y los usos:



Fotografía N° 3: Plantación en el patio de la señora Lucerina.

Desde los saberes de la señora María Edis (2020) se utiliza la raíz de la planta, se corta unas cuatro o cinco raíces se lavan y se agrega una porción de alcohol, se acerca a la nariz se absorbe el olor, el cual sirve para calmar el dolor de cabeza. Cuando de una planta medicinal se usa las raíces hay que tener en cuenta el corte, para ello, debe tomarse las raíces de los lados, siempre conservando la raíz principal que según sus características físicas es la más gruesa, de esta manera, se sigue conservando la planta medicinal para posteriores usos.

Nos trasladamos al hogar de la señora Lucerina Ríos, (2020) allí, al acercarnos al anamú, nos relata la siguiente historia eso sí, haciendo énfasis que esta planta emana un olor muy fuerte y que nadie sabía que esta planta era de remedio hasta que:

...Hace muchos años no había un ato, como se le dice donde hay bastantes vacas, entonces, aparecieron tres vacas enfermas, enfermas; entonces, el señor, como años atrás había mucha tierra desocupada, por donde era el carril del tren, por allí, era un lugar solitario, entonces, el señor dijo: - no, yo voy a sacar estas vacas porque estas vacas me van a contaminar las otras -. Y las sacó y las botó, las fue a botar por allá en ese lugar deshabitado descrito anteriormente, porque las vaquitas estaban enfermas, les había colocado una cosa, otra y nada y las botó, las vaquitas ellas pastaban y ahí había mucho de esto (anamú) y las vaquitas lo comieron y se sanaron.

Desde esa experiencia doña Lucerina afirma que descubrieron que el anamú era de remedio nos comenta que esta historia alguien se la narró y que ella la tiene dentro de sus conocimientos y que cada vez que puede la comparte, y que por ello ella usa esta planta medicinal de la siguiente manera:

Yo, tomo hojas de la mala madre, la cual se puede interactuar con hojitas de la desvanecedora, hojas del anamú y la caléndula. Esa usted coge, por ejemplo, la desvanecedora, el anamú, la caléndula y hace una infusión. Y luego coge usted la mala madre y la caléndula y la licua en el agua que hizo la infusión, ahora si la cola y pues la empaca en un envase de vidrio y la mete en la nevera y está tomando, que sirve para la gastritis para desvanecer los miomas, tumores. Eso es la desvanecedora, junto con la mala madre, la caléndula y el anamú, esos cuatro (Lucerina Ríos, 2020, diálogos).

Desde los saberes de la señora Orfilia, menciona que el anamú sirve para curar el cáncer, bien utilizado sirve para ello, pero no nos enfatiza como se usa.

Sábila: (Aloe vera) Es una planta herbácea, perenne (dura mucho tiempo) que produce grandes estolones (son tallos débiles de crecimiento horizontal que parten siempre del tallo principal y que muchas plantas producen) y raíces fasciculadas (Manojo de raíces secundarias). Las hojas son gruesas y carnosas, miden alrededor de 50 cm de largo y 20 cm de ancho. Su color es verde y es espinosa a los lados, puede sembrarse en materas o directamente en el suelo, crece en climas cálidos, y su color verde es más fuerte en época de invierno, en época de verano tiende a ponerse un poco más opaca, sin embargo, sus propiedades se conservan (Beltrán, 2017).

Partes utilizadas y usos



Fotografía N° 4: Plantación de la señora María Edis.

La señora María Edis, menciona que la sábila es buena para la tos, por supuesto hay que extraerle la cáscara se saca el cristal y junto a una clara de huevo se licua tornándose un ponche y este se toma cuando se tiene mucha tos. También, sirve para curar la gastritis, el colón, para ello, se licua los cristales junto con la papaya y se toma de forma constante. La señora Lucerina, (2020) nos narra su experiencia con la sábila:

“...yo puedo decir que me cure de la gastritis con la sábila y la papaya”. Nos comenta la sabedora recreando su experiencia que los pasos para lograr una recuperación implican que:

...se debe cenar temprano y cuando la persona ya se va a acostar, se prepara el jugo de la sábila con la papaya, pero ya se debe de haber cenado hace rato, por hay dos horas por lo menos, así, se toma todas las noches. “Y al otro día, por la mañanita usted hace un juguito de banano, zanahoria y un trocito de piña, eso yo tome por dos años y puedo decir que me cure de la gastritis.

También, usa la sábila de la siguiente manera se pone a calentar la sábila, se extrae una cara de la sábila y se coloca esa parte hacia arriba y la otra en la parrilla del fogón, espera a que esta esté caliente y se empieza a hacer baños en la espalda, “es bendita yo aquí la uso con Marino (esposo) porque él tiene epoc” y complementa:

El epoc, es una enfermedad que le atrapa los pulmones, él ha sido fumador, es una enfermedad de fumadores, y ella es crónica, el pulmón o sea lo va cogiendo y lo va apretando y lo va apretando, lo va apretando, le dificulta respirar, mi papá murió con eso, y después, ellos tienen que estar pegaditos del tanque de oxígeno, el pulmón de uno es el bofe de la vaca, cuando usted va a comprar usted dice, no, no, no me le eche esos cositos que tienen unos tubitos, uno tubitos de ellos son tiecitos, entonces, eso es lo de uno, entonces ellos son bien fuertes pero como el cigarrillo coge y aprieta el pulmón, entonces los vuelve chiquiticos, entonces, usted empieza a ver la persona con dificultad para respirar (Lucerina Ríos, 2020, diálogos).

Desde los tecnicismos de la medicina el epoc es una enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) es una enfermedad pulmonar caracterizada por una reducción persistente del flujo de aire. Los síntomas empeoran gradualmente y la disnea, que es persistente y al principio se asocia al esfuerzo, aumenta con el tiempo hasta aparecer en reposo. Es una enfermedad que no siempre se llega a diagnosticar, y puede ser mortal. A menudo, también se utilizan los términos

«bronquitis crónica» y «enfisema» para referirse a ella. Según el diagnóstico y tratamiento, esta enfermedad puede controlarse, por supuesto dejando de fumar y haciendo mucho ejercicio, lo cual disminuirá los riesgos de muerte. Pero aparte de estas indicaciones como tratamiento en casa, se puede usar la sábila, esta se calienta y se aplica en la espalda, así mismo, se puede preparar un jugo de naranja, se hierve, se le agrega miel de abeja (una cucharada) y también se lo toma, todo esto ayuda al paciente a mejorar su respiración y a mantener su salud estable.

En el hogar de la señora Constanza Velasco, utilizan la sábila cuando tienen que bajar la fiebre, también, cuando las personas se golpean, se pone a tibir en el fogón, y se pringa para que baje el golpe, nos comenta que hace poco le enseñaron sacar el extracto de sábila para echarse en los ojos, “para limpiarse los ojos que usted trabaje y le caiga mucha mugre, entonces, por la noche llega y se aplica una goterita, una gótica y ya al otro día amanecen las vistas limpias”(Constanza Velasco, 2020, diálogos) en concordancia con sus saberes, ella menciona lo siguiente:

La sábila y el romero sirven para el champú, para la caída del cabello, las plantas medicinales cuando no hay necesidad de licuarlas, no se pueden licuar, la energía le roba, el potencial o los nutrientes a las plantas, entonces, más que todo a uno le enseñan que deben prepararse maceradas o cocidas o en infusión, pues la sábila solo se licua cuando va pa' ponche. La sábila es buena para la caída del cabello, usted la penca la limpia y apenas deja el cristal y se lo aplica en el cabello (Constanza Velasco, 2020, diálogos).

Diente de león: *Taraxacum officinale* Weber ex Wigg., perteneciente a la familia de las Asteraceae, (compuestas) se conoce con los nombres vulgares de diente de león, taraxacón, amargón Carretero, (2012, p.1). Por ser una planta compuesta es pariente de la caléndula y de la

margarita y es una hierba siempre verde. Posee una raíz subterránea vertical, cónica, larga y muy ramificada, de sabor agridulce. Las Hojas tienen un sabor amargo, salen desde la raíz como en roseta, de “márgenes profundamente dentados, de tamaño muy variable, de unos 5 - 30 cm de largo por 1 - 5 cm de ancho. Flores solitarias con tallo igual o algo más largos que las hojas, amarillas, hermafroditas. Fruto cilíndrico y seco” (García, 2016, p.7).

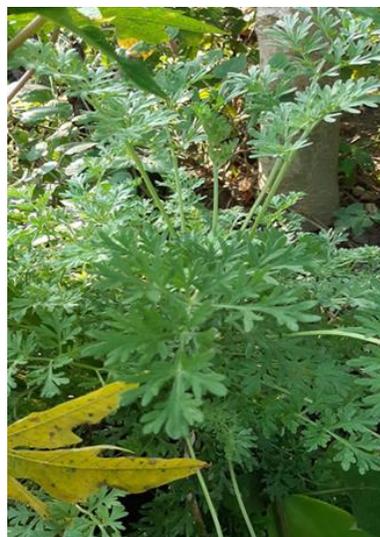
Partes utilizadas y usos



Fotografía N° 5: Plantación del patio de la casa de María Edis.

Toda la planta es curativa, especialmente las hojas y la raíz. El diente de león, se caracteriza por tener una flor blanca, la señora Lucerina la cultiva en la casa porque la trajo de Popayán, esta planta no se acaba porque bota mucha semilla, el diente de león según sus aportes sirven para curar enfermedades de la vejiga, para las infecciones urinarias, por eso, ella es muy medicinal. Por ejemplo, si la persona siente mucho ardor para orinar, entonces, se debe tomar mucha aguüita de diente de león, se prepara cogiendo unas hojitas y se hace una infusión; porque según sus saberes las matas tienen su doble, “el diente de león usted lo ve, en sitios, dónde han arrancado una yuquera y usted mira por allá, y dice - ah diente de león - pero entonces, la diferencia la nota en que el diente de león de loma, de por allá, él es lanoso, lanoso y ordinario” (Lucerina Ríos, 2020, diálogos) que se parece a la lechuga, entonces, hay que saber diferenciar el diente de león del común y del propio. Ella agrega que ha escuchado que esta planta la comen en ensalada, porque drena los riñones, pues sirve para limpiar.

Ajenjo: (*Artemisia absinthium* L) Particularmente, el ajeno fue introducido a Mesoamérica en los primeros años de la conquista española. Estas características le confieren al ajeno la facilidad de emplearlo como un marcador histórico que podría proveer información sobre la apropiación cultural de un recurso medicinal en un país distinto al de su origen Beltran, (2017) El ajeno prefiere terrenos secos, aunque puede encontrarse en lugares más húmedos. Es bastante fácil de cultivar, por ello se ha extendido prácticamente en todas las regiones del mundo y agrega Beltrán (2017) que puede llegar a medir entre 40 y 150 cm de altura, sus hojas son de color verde-azuladas ya que son cubiertas con un vello muy fino de color plata. Sus flores son amarillas.



Fotografía N° 6: Plantación del patio de la señora María Edis.

Partes utilizadas y usos

Generalmente, se utilizan las hojas y las flores esta planta sirve para calmar el daño de estómago y los cólicos, la cual se prepara de la siguiente manera, se hierve un vaso con agua, luego se le agrega una hojita de ajeno y se le añaden unas goteras de limón con una pisquita de soda.

(María Edis Díaz, 2020). También se usa para calmar el dolor de oído, se debe enrollar unas hojitas de ajeno y las introduce al oído, las deja ahí por una media hora o más. Así mismo, es bueno tomar la infusión, para limpiar el hígado, porque él es amargo (Lucerina Ríos, 2020, diálogos).

Desde los saberes de la señora Norma Velasco, ella enfatiza que el ajeno también sirve para detener la hemorragia, no obstante, hay que saber cortarlo, porque si es para detener la hemorragia hay que cortarlo hacia arriba, solo las ramas, y cuando es para que le venga el periodo

hay que cortarlo hacia abajo. Entonces, ese es el secreto del ajeno para aprovechar sus propiedades curativas.

En concordancia con la señora Lucerina, la señora Orfilia reafirma que el ajeno es bueno cuando tenemos el hígado grasoso pues una de sus características es que es muy amargo, este se debe tomar en ayunas es muy bueno para limpiar el hígado. Según ella, existe mucho médico naturista que le recomienda a la gente, que tome el agua de ajeno, sino que a veces no lo utilizan por lo amargo, pero es bueno en cuestiones del hígado (Orfilia Arce, 2020, diálogos).

La lengua de suegra, La especie *Kalanchoe daigremontiana* Raym.-Hamet. & H. es una planta originaria, de Madagascar, perteneciente a la familia Crasuláceas (estas plantas almacenan agua en sus suculentas hojas, son plantas muy características, que poseen hojas simples que brotan de un tallo que puede ser más o menos grueso dependiendo de la especie. Estas pueden ser opuestas, alternas o en roseta basal, de



Fotografía N° 7: Plantada en el patio de Aidalid Nieto

colores que van desde el verde hasta el rojo, pasando por el azulado, el rosa o el bicolor). La lengua de suegra tiene nombres comunes como espinazo del diablo, mala madre, madre de miles, entre otros. Sus flores son tubulares de color rojo-anaranjado que se agrupan en una inflorescencia tipo umbela, (Inflorescencia en que los pedúnculos arrancan de un mismo punto y se elevan a igual altura, formando una especie de paraguas) con plántulas en los bordes de las hojas. Por sus características invasivas inhibe la repoblación de plantas nativas y modifica la biología del suelo en zonas semiáridas. Puertas (2014).

Partes utilizadas y usos

Desde los saberes de la señora Orfilia Arce, esta planta previene y cura el cáncer, según lo que ella ha observado brota una flor bonita, “pues uno las toma, no hay necesidad de que a uno le diagnostiquen que tiene cáncer, hay que consumirla por prevención, dice que se coge una o dos hojas y se licua con un poquitico de agua, añadiéndole una cantidad de pepino” (Orfilia Arce, 2020, diálogos). Así mismo, la señora Lucerina también, la llama lengua de suegra, y enfatiza que esta planta puede tener otros nombres dependiendo del lugar, porque también se le denomina tucamara, o mala madre y es la misma planta que hemos hablado. Lo cual nos muestra que pese a que la señora Lucerina no culminó su etapa escolar su quehacer diario le ha enseñado estas diferencias, las cuales lingüísticamente se llaman variantes lingüísticas.

En este sentido también, hice el ejercicio en casa y planté esta mata, primero preparé la tierra, que fuese negra, le agregué cáscara de café en descomposición y un poco de gallinaza, use bolsas plásticas las llené con la tierra ya preparada y plante la lengua de suegra, después de dos meses la trasplanté directamente a la tierra y en este momento contamos con esta planta medicinal en casa.



Fotografía N° 8: Plantación del patio de la estudiante Kelly Zambrano. Grado 9-1

El árnica, hierba perenne por medio de un rizoma. Hojas basales alternas, reunidas en una roseta basal, grandes pilosas, con pecíolo apenas diferenciado, elípticas u obovadas, de margen entero y nerviación acródroma (5-7 nervios desde la base). A media altura del tallo floral aparecen uno o dos pares de pequeñas hojas opuestas. Este tallo está rematado por la inflorescencia, un capítulo grande (5-8 cm diámetro.) y solitario

(a veces de 2 o 3 agrupados de forma cimosa). Involucro formado por dos hileras de brácteas estrechamente lanceoladas. Flores de color anaranjado. Las de la periferia del capítulo con corola en forma de lengüeta (lígulas) de 18-25 x 5-8 mm son femeninas. Renobales, (2001)

Partes utilizadas y usos

Es una planta moradita, parece una mata de lulo sí, pero ella se llama árnica sirve para los golpes, usted coge y también hierve una hojita o también, coge y hierve cogollitos y se lava, es como el aguacate, el aguacate es bendito. Mire este también, este es el **Nogal**, usted para la presión alta o para colesterol alto, se coge una hojita de nogal, una de aguacate y un puñadito de gualanday y hace una botellita de agua y está tomando para purificar la sangre, está bajando el colesterol, está bajando los triglicéridos, todo ello. El gualanday no lo cultiva ese se compra en las plazas de mercado (Lucerina Ríos, 2020, diálogos).



Fotografía N° 9: Plantación en el patio de la señora María Edis.

La ruda, es una planta perenne que no requiere condiciones específicas de cosecha, se renueva con bastante rapidez, se mantiene siempre verde aun en los inviernos más rigurosos, prospera bien en terrenos secos y se cultiva por semilla o por división de matas, La ruda es un arbusto que mide entre 50 y 100 centímetros de altura, de tallo leñoso, ramoso y redondo, hojas carnosas verde azulado y grisáceas o blanquecinas, alternas, pecioladas, provistas de glándulas que despiden un fuerte olor acre y amargo cuando se frota. Sus flores forman vistosos ramilletes de color amarillo limón; el fruto en forma de ciruela es una cápsula con múltiples semillas uniformes de color negro, portadoras de la droga que en la India llaman harmala (Vásquez, 2015).

Se usa para calmar los cólicos menstruales, se pone a hervir un vaso con agua y ya cuando el agua haya hervido, entonces se le hecha tres ramitas y las tapa por unos cinco minutos, como en infusión y se toma tres veces al día para que le pase el cólico menstrual. En este caso solo usan la ruda para lo que se mencionó anteriormente (Norma Velasco, 2020, diálogos). La señora María Edis, menciona que a los tres cogollitos de ruda se le puede agregar una pequeña porción de canela la cual sirve para los cólicos menstruales.

La **Yerba buena** La hierbabuena es una planta herbácea, perenne de porte robusto, muy aromática con caracteres de especies conocidas como mentas; deriva de la hibridación de la menta negra, que tiene un tono violáceo, y la menta blanca, de un color verde más uniforme (Herbotecnia, 2009).



Fotografía N° 10: Plantación en el patio de la señora María Edis.

La hierbabuena ofrece un fuerte aroma que la distingue de otro tipo de mentas. Se cultiva normalmente en huerta, pero puede aparecer espontáneamente en terrenos húmedos. Su tallo es pubescente, halado, rojizo o morado, con estolones largos de tamaño de 40 a 60 cm de altura. Las hojas son de tipo elíptico-lanceoladas, largamente pecioladas y con el margen dentado o aserrado, vellosas por ambos lados, de color muy verde intenso, el olor agradable se debe al mentol, un componente de sus aceites esenciales, Orellana (2013).

Sirve para sacarles el frío a los niños. Se “coge la Yerbabuena, coge un manojito, no sé cuántos gramos sean, la taca y se la pone en toda la vejiga del niño”, esto se recomienda para que el niño bote el frío, pues este frío que ha recogido hace que no controle esfínteres, “preparada así, es para

que no se orine en la cama por la noche el niño. También la usan en infusión para sacar el frío, para tomarla” (Norma Velasco, 2020, diálogos).

Doña Lucerina menciona que hay que saber distinguir la yerbabuena, porque hay una que invade, ella es “lanosa que maluca, esa no es, que ese si prende fácil, eso se da, pero de esita sino hay que sembrarla en parte húmeda, ahí le encanta, pero de la propia porque de esa otra hasta en la loma hay”. Debo decir, que durante este proceso sembré Yerbabuena, en semilla, sin embargo, no prendió. Cuando estaba en el proceso, la señora Lucerina mencionó - Ojalá le prenda, porque la Yerbabuena, si se desapareció y la menta - la menta de la propia, porque por aquí se consigue, pero menta piperita que es para el daño de estómago de los niños, pero la menta, menta de antes que es aparecida a la yerbabuena se desapareció.

La señora Edis (2020) hace una diferencia entre la yerbabuena y la menta, dice que la yerbabuena huele y no pica y la menta uno la muerde y pica como una menta de tienda. “Aquí sabía haber de esa menta, pero se acabó”. Y dice que hay dos clases de menta, una que la hojita es menudita (en palabras de la señora Lucerina, es la menta piperita) y la otra es como la hoja de la yerba buena, complementando doña Ana expresa:

La hierbabuena sirve como té, es muy buena para calmar el dolor de cabeza, muy buena para relajar los músculos, para calmar las fiebres, la hierba buena, yo inclusive ya la he utilizado en más que todo en los espaguetis. Me gusta utilizarla, pero pues no se le debe echar una cantidad, es un poquito que uno le hecha como para sentir, no. O sea hay que saberla utilizar, la otras que yo utilizo pues la albaca que se le hecha a la carne no, se utilizan en las carnes, se utiliza en las pastas y le da un sabor muy rico a la carne; pero solamente una hoja, cuando uno está preparando la carne, así mismo las pastas, entonces da un sabor delicioso. La albaca, también tú la puedes tomar como un té, también la puedes tomar como té, también es buena para la ansiedad, para el estrés, para usted

relajarse su cuerpo. Usted puede tomar, decir tres noches de seguidas, cuatro, cinco noches de seguidas albaca; y ya después cambia, pero solo tomas en té, no la hierves; sino que la debes tomar en infusión. Acuérdate que siempre van en infusión (Ana Dilma Pechene, 2020. diálogos).



Fotografía N° 11: Plantación en el patio del estudiante Kevin Gómez. Grado once.

El toronjil o melisa (*melissa officinalis*) es una planta perenne que se confunde en estado vegetativo con la ortiga, ya que sus hojas son parecidas. Pero las del toronjil no irritan la piel y tienen un magnífico aroma a limón, sus florecillas son poco aparentes blancas de color crema o algo Morales, (1997).

El toronjil, sirve para curar las personas que son nerviosas, se pone a cocinar el toronjil con una porción de agua, entonces, está el toronjil, la valeriana y el cedrón, son plantas que sirven para calmar los nervios, cuando la persona se asusta, lo mandan a cocinar esas plantas y le dan el agua que tome. La gente de la ciudad, consiguen la caléndula, la manzanilla que las venden en las galerías, así mismo el apio y el toronjil (Norma Velasco, 2020, diálogos).



Fotografía N° 12: Plantación en el patio de la señora María Edis.

La Valeriana Planta perenne de 1 -2 m de altura y de tal lo erguido. Hojas de color verde claro, opuestas, imparipennadas, con foliolos lanceolados y márgenes dentados. Las flores pequeñas, pueden ser rosadas o blancas y se agrupan formando inflorescencia en cimas umbeliformes. Flor con corola tubulosa y con espolón, con tres estambres. Fruto seco en aquenio, ovalado coronado con un penacho plumoso. Su raíz vertical, rizomal. Se adapta a varios

tipos de suelo, aunque se recomiendan suelos ligeros y prefiere lugares frescos y húmedos. Ramírez, (2007).

De esta planta hay de dos variedades, si usted va a comprar por allá, le venden, así como un palito, como un bejuquito, que huele fuerte, usted la cocina y ella huele fuerte y con ella, mejoré a esa Nora, (hija) porque era muy nerviosa. Por eso, es muy buena para el sistema nervioso, se toma solito porque dicen que a uno cuando se le va el sueño, que está ansiosa, que está con depresión, por la mañana toma, por ejemplo, de mejorana, no la revuelve con ninguna otra y la toma solita; a medio día toma del palito que huele rico, cedrón y por la tarde, toma toronjil. En la noche, antes de acostarse se toma una infusión de toronjil para mitigar el insomnio o los desvelos que les llaman popularmente (Lucerina Ríos, 2020, diálogos).

La raíz de chontaduro Las raíces nuevas son de color crema y de consistencia blanda; a medida que envejecen, se tornan de color marrón oscuro y se lignifican; son cilíndricas y su diámetro permanece constante en toda su longitud. Las cuaternarias son superficiales; por lo general se localizan en los primeros 40 cm del perfil del suelo; las terciarias hasta 60 cm; las secundarias pueden encontrarse hasta un metro de profundidad y las primarias hasta 1,20 metros Rivera y Trujillo, (1981).

La raíz de chontaduro, sirve para la hemorragia menstrual se prepara con chirrincho y panela quemada (lo menciona Yesica Velasco (2020) grado once):

Primero se saca la raíz de chontaduro, la trae y la macera (macerar: tacar) se taca eso, eso es raíz de chontaduro y la raíz de suelda con suelda, entonces usted coge esas plantas llega y las maseras y pone a hervir el agua, entonces, cuando uno tiene mucho sangrado, le hecha un litro de agua y un manojo de raíz de chontaduro y la suelda con suelda y está

tomando para detener la hemorragia. A mí me dio hemorragia hace año y medio. (Pero esa vez la hicieron con chirrincho y panela quemada). Mi prima trajo una copa con chirrincho y ponen a quemar la panela, cuando la panela está bien quemada le echan el chirrincho, después le dan a tomar a la persona que está sufriendo la hemorragia que de pronto le dio el cólico menstrual durísimo, y se toma sola una vez al día.

También, para la presión está la **pepa de aguacate**, que cuando la persona tiene la presión muy alta se coge la pepa de aguacate se raya, se pone hervir el agua y se pone en infusión y la persona se la toma una vez al día para que le ayude a bajar la presión. Dice Yesica, “de ser posible es mejor tomarla de seguido, porque como se sufre de la presión y es algo que siempre le va a estar subiendo y bajando”, entonces es la medida como usted la sepa controlar. Pero en sí, se toma de seguido (Yesica Velasco, 2020, diálogos).

El **descansé** *Alternanthera* spp. Amarantácea. El nombre descansé es dado a numerosas hierbas originarias de Suramérica, con características hojas de color morado. Planta extensamente empleada como ornamental, aunque también se reconoce su uso medicinal entre diversos grupos indígenas y comunidades afrodescendientes. Para reproducir esta planta se separan de la “planta madre” hojitas que ya tengan raíces, y se entierran para que den lugar a una planta nueva. Interculturales, (2014).

Esta planta medicinal es para la fiebre, cuando los niños tienen mucha fiebre, también se coge un manojito de descansé, se masera, se pone hervir el agua y se le está dando a cada ratito, es temporal hasta que le baje la fiebre. “Y yo a ella (Yesica) siempre le daba descansé, puras agüitas para la fiebre, pues gracias a Dios he sido bendecida, mis hijas casi no han sido enfermas” (Norma Velasco, 2020, diálogos).

La verbena Planta anual, bienal o perenne, caracterizada por tener una altura oscilante entre 35 y 80 cm. (Alonso 1998). Raíz: Fusiforme, blanquecina y ramificada. Tallos: El tallo es erecto, rígido, cuadrangular y ramificado en la parte superior. Hojas: Opuestas, escasas, pecioladas y lanceoladas de hasta 6 cm de largo, de un color verde apagado y oblongo ovadas. Están divididas profundamente en 3 lóbulos. Presentan la superficie arrugada y tomentosa. Flores: Pequeñas, en espiga alargada y delgada, color lila, apareciendo desde el verano hasta finales del otoño. Claros, (2008).

A la verbena, se le saca el zumo y sirve para bajar la fiebre. También, se macera y se exprime, se lava bien, “se le echa azúcar que más o menos no quede ni tan dulce para que después tenga provecho” (Yesica). Esta **el gualanday y la verbena** preparadas juntas, sirve para el colesterol. También, tenemos el tomate de árbol con limón, se coge un tomate de árbol, un cuarto de limón y un diente de ajo, un vaso de agua, todo ello se licua, se cierne en un pocillo y se toma. Recomendable tomarlo una vez en la mañana y en la tarde para que le baje el colesterol.



Fotografía N° 13: Plantación de la casa de la señora Lucerina Ríos.

Esta la **altamisa** que sirve para sacar el frío, a las mujeres acaban de alumbrar, a los tres días le hace unos baños con plantas calientes para que no vaya a quedar la persona sufriendo de dolores, se puede usar ruda, tallos de arracacha y altamisa, todas estas plantas calientes para el baño. “Esas se cocinan y cuando la mujer haya alumbrado a los tres días viene un partero o una persona que sepa, por ejemplo, mi mamá me lo hace, cuando tuve a las niñas” (Norma Velasco, 2020, diálogos).

El **jengibre, eucalipto y limón** sirven para la tos, doña Norma Velasco, (2020) nos comparte:

...ese si me sirvió porque mi mamá cuando ella viaja, le ataca una tos y eso llegó y una tos y una tos, entonces, le compramos jengibre, el jengibre debe ser en porciones poquitas, entonces uno coge el jengibre lo pone a cocinar con el eucalipto, limón y un pedazo de panela, se hace como un jarabe y se lo toma tres veces a la semana. “El jengibre tiene que ser la raíz, no en polvo” Yesica. Ese se toma tres veces, en la noche más que todo para que no vaya a tomar nada frio y le vaya a provocar algo. Esta preparación es “muy caliente, por eso es mejor en la noche, también, el eucalipto se puede cocinar con el orozuz, y con las flores de sauco para que le quede cálida, como para la tos y la gripa le sirve también”.

El eucalipto, también es bueno para la tos. Cuando le da el aire cuando es tos de frío.

...Y yo he calmado personas así, mire una cuñada de mi hermano que vive en Jamundí, esa mujer una vez vino con una tos, tremenda, yo cogí, esa agüita de ocalito y le hice un pocillado y se lo tomó y al otro día, le hice pa’ que llevara, porque es de esas mujeres que no saben de una yerba, ni nada. Le cociné así, una media y le dije llévatela, con una gótica de miel de abeja que se le echa y al otro día ya me dijo que estaba bien, que se le había quitado esa tos, porque eso corren pa’ las clínicas, pa’ las farmacias, eche jarabes y pastillas. (Orfilia Arce, 2020, diálogos)

Y el niño de allá, mi nieto que le digo, tiene siete y él viene aquí y dice que “abuela hágame el favor y me hace la agüita” le fascina el agua de anís, yo corro a hacerle esa agüita y un día estaba con tos que no le podían quitar esa tos, tonces cogí yo: sauco, pronto alivio, ocalito y le hice esa agüita y entonces todo así, de toda plantica que había y le dije yo, tome mijo que con esto se le quita esa tos, que esa agua tan fea que no sé qué,

le dije, pero mijo más feo es tener la tos, tonces, ese día por la noche le hice tomar esa agüita, así pues, como dicen “con banda de música” bueno siempre como que le fue calmando. Le dije, mañana me acuerda para darles unas yerbitas para que su mamá le cocine el agua allá, o usted mismo dígale a su mamá que le cocine el agua. Y al otro día que se iba a ir me dijo “abuela usted me dijo que me iba a dar las yerbas pal agua, le dije yo: ¡Claro voy a dáselas! (Orfilia Arce, 2020 diálogos).

Anís: Nos comenta la sabedora Orfilia que está planta también es muy utilizada en la región:

Dicen esto es buenísimo para los dolores de estómago que muchas veces uno come, come cualquier cosa, por ejemplo, el niño se comió un helado “y le cayó mal, le hizo daño, entonces, uno se toma una infusioncita de

esto y le calma mucho, mientras uno pueda salir por allá al médico o hasta se mejora, porque esto ya lo tiene uno como experiencia (Orfilia Arce, 2020, diálogos).



Fotografía N° 14: Plantación en el patio de Aidalid Nieto

Pronto alivio: *Lippia alba* – Verbenaceae, es un arbusto de 2m, ramas de crecimiento determinado, esparcidas, algo densas puberulentas y estrigosas, hojas opuestas o algunas veces alternadas, de lámina oblonga. Es una especie perenne. Se cultiva en patios y jardines. En estado silvestre crece en las laderas, a la orilla de los caminos y riberas de los ríos. La forma más práctica y conveniente es la reproducción de esquejes, este sistema permite la reproducción de la planta. Muñoz, (2015).



Fotografía N° 15: Plantación en el patio de Aidalid Nieto

El pronto alivio sirve para el daño de estómago con el apio...se unen esos dos, se cocinan las ramitas, a veces se le hecha así cuando uno tiene dolor de estómago le hecha un poquito de soda, una pisquita que le llaman y unas goteras de limón”. (María Edis). También, el pronto alivio, sirve para la tos o para un dolor, “porque uno pues en la casa tiene las plantas y uno por acá que no puede salir como pronto al médico, entonces, se toma una plantica aromática y puede calmar mientras uno puede salir” (Orfilia Arce, 2020, diálogos).

La Malva, planta herbácea, algo leñosa en la base, que alcanza una altura de 30-60 cm. La raíz es fusiforme y de ella salen tallos y vellosos; las hojas de nervaduras, palmeadas y por lo regular con cinco gajos o lóbulos profundos y festoneados en dientes redondeados cubierto de pelos. Las flores grandes y vistosas tienen un cáliz de cinco piezas unidas, con tres hojitas en la base que constituye el cálculo. La corola está formada por cinco pétalos que



Fotografía N° 16: Plantación en el patio de la señora María Edis.

llevan una escotadura central, de color azulado violáceo y surcado por tres franjas longitudinales más oscuras, los estambres se unen formando un tubo que cubre el ovario. Jimeno, (2000).

En este sentido, la malva las personas la toman para la diabetes, “sirve para la diabetes, esta se cocina común y corriente, las hojitas y se toman como agua aromática que sirve para la diabetes” (Orfilia Arce, 2020, diálogos).

El paico, Hojas: Las hojas son alternas de color verde oscuro, las inferiores ovoides, lanceoladas y de bordes dentados. Miden hasta 10 cm de largo y 5 cm de ancho. Inflorescencias:

Tiene la forma de espigas dispuestas en panícula piramidal con flores pequeñas. Frutos: Tiene un fruto de forma globular que contiene una semilla lisa de color negro. Sánchez, (2015).

El paico es una planta perteneciente a la familia Chenopodiaceae y conocida comúnmente, hierva santa, hierba hediona, paico macho, paico oloroso y te de los jesuitas, es una planta aromática, perenne, más o menos pebescente, con el tallo usualmente postrado, crece en suelos húmedos y bajos, olor fuerte, con alrededor de 40 cm de altura; las hojas son oblongo-lanceoladas y serradas, de entre 4 cm de longitud y 1 cm de ancho, con pequeñas flores verdes en panículos terminales densos, cada uno con 5 sépalos, el cáliz persistente circunda al fruto y las semillas son negras y no mayores que 0,8 mm de longitud. Puma, (2019).

El paico se le dan para los niños, el “zumito con ajo, sirve para los parásitos en los niños, bueno también, en los adultos, se machaca y se saca el juguito y se les da a los niños cuando tienen rebote de parásitos y todas esas cosas, con ajo” (Orfilia Arce, 2020). Doña Edis, menciona que “el paico sirve para hacer lavados, así cuando se cortan o cuando le salen granos. Este se pone a cocinar junto con la yerba mora y vinagre y con eso se lava, hasta para baños vaginales sirve”.

Según la señora Lucerina, a los niños no les gusta el paico porque ¡huele! Y mientras dialogo con ella, le mencionó que a mí me recuerda la verbena, que es amarga. Y ante ello la señora, Lucerina, menciona que no es así, simplemente es el olor, que es fuerte, es como el anamú, el anamú es fuerte su olor, dice que ella, lo usó para sus hijos cuando estaban pequeños; y que utiliza el paico, pero biche, usted taca y saca “una cucharadita de jugo de paico y le echa unas góticas de limón, dicen que, para las lombrices, eso que les da vómito y se empipan y daño de

estómago”, entonces, eso purga, “por nueve días, purga, para sacar las lombrices, los parásitos”. (Lucerina Ríos). Esta receta concuerda con la de la señora Ofilia, quién menciona que se les da a los niños, el zumito de paico con ajo, el cual sirve para los parásitos en los niños, o bueno también, en los adultos, “se machaca y se saca el juguito y se les da a los niños cuando tienen rebote de parásitos y todas esas cosas, con ajo” (Orfilia Arce, 2020, diálogos).



Fotografía N° 17: Plantación en el patio de la casa de Aidalid Nieto

La albahaca La albahaca (*Ocimum basilicum* Lin.) es una planta aromática y medicinal, planta herbácea, anual de tallos erectos y ramificados, frondosa, que alcanza de 30 a 50 cm. De altura. Las hojas de 2 a 5 cm., con hojas suaves, oblongas, (Sus hojas son más largas que anchas) opuestas, pecioladas, ovaladas, lanceoladas (puntiagudas) y ligeramente dentadas. Las flores son blancas dispuestas en espigas alargadas, asilares, en la parte superior del tallo o en los extremos de las ramas, lampiñas de color verde intenso con pequeñas flores blanco azuladas dispuestas en forma de largos ramilletes terminales. Vega, (2004).

La albahaca es buena para la diabetes. Esta es una plantica que huele bastante. Para el dolor de oído se extrae zumo de limón tibio junto a la albahaca (Norma Velasco, 2020). En esta conversación compartí que desde mi proceso sembré ajeno, y de este sembré un tallito, en unas bolsitas y luego lo trasplanté, y fue una forma de sembrar, sembré anís, que no lo conocía. Ellas no la conocen. Sembré albahaca, a través de las semillas y le llevé a regalar unas semillas. Porque a veces prende el tallito o cogollito o las semillas. Entonces, toca intentar cual es mejor. La

albahaca creció, hice unos surquitos y esa sí creció. Sembré toronjil y ese si nada, se perdió la semilla.



Fotografía N° 18: Plantación en el patio de la señora Norma Velasco

La mejorana Es una herbácea de 15 a 50 cm de alto con olor característico, de hojas pequeñas, redondas y blanquecinas, las flores son pequeñas de color blanco o rosado, las semillas son pequeñas oblongas y de color pardo oscuro.

Las hojas son ovales o espatuladas; el color que varía desde gris-verdoso, dependiendo de la abundancia de pelos. Presenta gruesos racimos de delicadas flores blancas, lolas o moradas, que la convierten en una de las plantas más decorativas de un jardín de hierbas. También merece gran estima porque sus hojas se secan y congelan bien y se destinan a muchos usos culinarios, mientras que las flores pueden secarse para adornos duraderos. Guevara, (2018).

La mejorana es una planta que se prepara y es una bebida agradable, “sirve para bajar la tensión arterial, por ejemplo, cuando la persona que sufre de la presión, de la presión alta, una infusión de esto (Mejorana) le baja la tensión” (Orfilia Arce, 2020, diálogos).

La mejorana es parecida al orégano, esa también usted coge las hojitas y hace la infusión para el sistema nervioso o cuando no puede dormir y esta mejorana. Para que retoñe se siembra el tallito, “yo traje de donde Maura (vecina) ella tenía, de allá traje, y yo voy trasplantado poco a poco, ésta por ejemplo (señala) recién la trasplanté y ya prendió” (Lucerina Ríos 2020, diálogos).

Poleo: Planta herbácea perenne, hasta de 45 cm, muy aromática, con tallos cuadrangulares de los que pueden crecer estolones. Hojas de 20-30 x 4-15 mm, opuestas, cortamente pecioladas, elípticas, con el margen ligeramente aserrado, agudas, atenuadas en la base, más o menos pelosas. Habita en praderas y herbazales en lugares húmedos, a veces temporalmente inundados. Reyes, (2012).



Fotografía N° 19: Plantación de la señora Maura Suarez

El poleo se usa cuando se tiene gripa, se coge el poleo y el orozul “y unas tres pepitas de pino ciprés y las hace infusión, endulza con miel de abeja y toma. Sirve para la tos, se toma con leche, se le agrega un puñadito, se cocina junto al sauco y se toma” (Lucerina Ríos, 2020). La señora María Edis menciona que se puede tomar junto el orozul y un vasito de leche cocinándolas juntas y que sirven para la tos.

Desde mi experiencia personal puedo decir que el poleo con leche es bueno y tiene buen sabor, Además, sembré orozul, que doña María Edis me regaló y ha prendido. Y para la tos es muy bueno, yo siempre lo he usado, el orozul con leche y a veces mentas, uno se lo toma en la noche y a mí me ha servido muchísimo y lo sembré y está que bonito porque le gusta la sombra y la tierra húmeda.

El **alegrón**, también, le dicen el alegrador, se usa cuando la persona tiene ansiedad o el niño está asustadito, entonces, se le pringa unas hojitas, eso sí, es en infusión, y se toma. Se llama alegrador o alegrón, es una plantica tan antigua y se había



Fotografía N° 20: Plantación en el patio de la señora Lucerina Ríos.

desaparecido “y yo no sé cómo la conseguí”. Ella menciona que la consiguió en tiempo de Semana Santa en las artesanías que traen a vender en esas bolsitas prendidas, “ahí la conseguí, tengo que estarla trasplantando porque ella se acaba” (Lucerina Ríos, 2020, diálogos).

Manzanilla: Es una planta que tiene un sabor agradable y mide de 20 a 50 centímetros de altura, su tallo es liso, tiene hojas estrechas y largas, de color verde. Las flores salen en las ramas de la planta, forman una cabeza amarilla y rodeada de pétalos blancos. Es útil para curar la calentura, dolor de estómago, dolores menstruales, dolor de muela y relajante de los nervios. Es cultivada en tierras altas y frescas, espontánea en todas las regiones, tanto en llanuras como en colinas a lo largo



Fotografía N° 21: Plantación en el patio de la señora María Edis.

de las carreteras, en lugares quebrados, en los campos y en sitios no cultivados, áridos y soleados. Se cultiva como planta aromática y medicinal. Hernández, (2015).

La señora Lucerina menciona que ella toma constantemente el agua de manzanilla, acostumbra a tomarla, dice “que el agua de manzanilla usted puede tomarla hasta para la sed”. “Yo riego y ella nace, pero ahorita no tengo, pero ella vuelve otra vez y usted también, puede tomar la agüita de que tampoco crea adicción, por ejemplo, toma la agüita de la manzanilla” (Lucerina Ríos, 2020)

Todas las plantas que yo utilizo, yo las, las primeras las seco y ahí, si las mantengo en tarritos. La manzanilla yo la utilizo para hacer vapores. ¿Para qué la utilizo pa’ los vapores? Los utilizo para descongestionar lo que son las fosas nasales; cuando un tiene mucha gripa. Para eso utilizo yo la planta de, de manzanilla; ósea esas son las plantas que

yo más utilizo. Pues conozco mucho de, de plantas y, y si las preparo, entonces estas son las que yo más he utilizado con frecuencia (Ana Dilma Pechene, 2020, diálogos).

Doña Constanza, nos comenta que hay plantas que no necesita cultivarlas, está **la salvia**, la utilizan mucho, “mi papá ya tiene setenta años, y él utiliza mucho la salvia para las agrieras, pal dolor de estómago, cuando tiene mucho frío pero la salvia si es como silvestre, ella nace a voluntad de mi Dios”, está también, el **chicharrón** que es también planta silvestre, no hay necesidad de cultivarlas, está la cañagria de loma y está la cañagria de orilla de río, que la cañagria la utilizan mucho cuando se tiene fiebre encerrada que a las personas le da esas fiebres internas, entonces, le dan agua de cañagria. “Hay plantas que nosotros necesitamos sembrarlas y cultivarlas como hay plantas que usted va y las consigue en el campo” (Constanza Velasco, 2020).

De igual forma, la señora Edis menciona que un médico naturista le mandó a tomar el chicharrón de loma que es bueno para los triglicéridos, para bajar el colesterol y ácido bórico. Se da en los barrancos de las veredas y nos comparte doña Norma Velasco (2020) que:

Hay gente más experta que uno, porque uno no se agarra a preguntar y uno dice eso es monte, y eso no es monte a veces sirve de remedio porque acá también utilizan la ortiga, también el gualanday; el agua de ortiga sirve para aliviar el dolor de articulaciones, entonces, mi hermano le dijo a mi mamá que cogiera unas hojas de ortiga las pusiera a cocinar, cuando esa agua ya estuviera fría se lavara los pies o sino se la toma. Ella tiene la pullita, entonces, para tomársela es como fastidiosa, se le queda aquí (señalando la garganta).

Sin embargo, estas plantas son de fácil adquisición para nosotros que vivimos en el campo, porque para las personas que viven en los pueblos y la ciudad, a ellos se les dificulta conseguirlas por el contexto donde se encuentran, en este orden de ideas, también encontramos:

La Pacunga: Hierva erecta, de 1 m de alto, tallo angulado, glabro. Hoja compuesta pinnada, 3-5 folioladas aserradas, agudos en el ápice, obtusos en la base, 5 cm de largo, 1,5 cm ancho. Inflorescencia de pocas cabezuelas terminales, cada cabezuela hasta de 1,5 cm de largo. Flores amarillas, flores liguladas ausentes. Fruto aquenio linear, el papus reducido a tres cerdas puntiagudas. (Mejía, 2020)

La pacunga, dependiendo del departamento donde se viva, se le denomina chipaca, tiene varias denominaciones. La pacunga, es muy buenísima para cuando se sufre de borracheras y para bajar la azúcar menciona doña Lucerina Ríos, y es aún mejor si se une con otra planta, llamada la panameña, “que yo acá no sé cuál es la panameña, es una planta que junto con la pacunga curan la diabetes” y nos complementa doña Lucerina afirmando:

O sea, la pacunga se hierve dígame usted, que el agua está hirviendo, usted la deja hervir tres minuticos y yo me la tomo y además porque ella, le limpia a uno por lo menos los riñones, la uretra todo. Y la pacunga, uno a veces entrando ya en años y medio se va a mover y le dan borracheras, pero esa es bendita para la borrachera, mi papá yo lo curé de la borrachera cuando él se vino a vivir conmigo, era borrachito, borrachito, yo empecé a darle agua de pacunga, hasta ahorita.

Usted pone a hervir el agua, coge los cogollitos y cuando ella ya esté hirviendo usted le echa ahí y la deja hervir unos tres minuticos y la baja y la tapa y ya, sino que todas las aguas las cierne en un colador, la verdad, yo, soy desordenada porque eso se debe tomar como en el desayuno, todos los días un vasito, la pacunga y la manzanilla, lo mismo pues. Uno se levanta y primero el tinto (risas) lo primero debe ser una aromática que a usted la

pone a tono para el día porque a veces una preocupación y una corredera. Por ejemplo, la pacunga se debe tomar como el desayuno, todos los días un vasito, la pacunga y la manzanilla, lo mismo pues. Uno se levanta y primero el tinto (risas) lo primero debe ser una aromática que a usted la pone a tono para el día porque a veces una preocupación y una corredera (Lucerina Ríos, 2020, diálogos).

La señora Norma Velasco (2020), menciona que el hermano, al **pasto estrella** le dice tumba bobos, que este sirve para bajar los triglicéridos y complementa:

Esta planta se pone a cocinar y todos los días toma el agua. Hay que tener en cuenta que las plantas medicinales se toman, siempre, porque ellas no son dañinas, entonces usted dice yo puedo tomar todos los días, pero tiene que ver que una cosa no vaya con otra, porque usted puede hacer un remedio caliente y a veces la tos sea de frío, entonces, hay que identificar si la tos es de frío o de calor, y se da, observando en qué momento la persona tose, si tose en horas de la noche o le aumenta con la lluvia, es de frío; de lo contrario, si se agita, hace calor y le da tos, es de calor encerrado que le llaman.

Doña Constanza afirma que ella utiliza las plantas medicinales: “cuando las hijas tienen fiebre, utilizo mucho las plantas para la fiebre, también a veces para el dolor de muela, a veces también las utilizamos para bajar la presión o para los partos”, saberes que han sido enseñados por la madre y el padre también.

Así mismo todas las mujeres con las que dialogamos, afirman que las plantas medicinales son mejores que los remedios que tienen químicos, pues ellas no contaminan o dañan otras partes de nuestro cuerpo, también, que han escuchado de los mayores que para uno coger una planta hay que pedirle permiso a la planta, hablarles y consentirlas, porque ellas nos proveen

sus propiedades medicinales, si las tratamos bien; se hace necesario cultivarlas porque las plantas a la hora que uno tenga una dolencia, ahí están con sus bondades, en muchos casos, los vecinos las tienen y las saben compartir; pero puede ocurrir que se enferma a media noche, le da miedo ir a pedir las, entonces, recomiendan los sabedores que debemos tenerlas en la casa, por prevención.

No es desconocimiento que a algunas personas no les prenden las plantas medicinales y muchas veces es porque tienen el periodo, es por ello, que no se puede ni sembrar, ni cortar con el periodo, por ejemplo, que usted tiene una mata de ruda y yo voy y le digo hágame el favor regáleme las ramitas de ruda, así sea para el cólico, si yo tengo el periodo yo tengo que decir que pena, cójala usted misma, porque se seca la mata, por muy cariñoso que sea. Por eso es importante relacionarse bien con las plantas, de allí nos dice doña Ana que:

Hay plantas que tienen sus secretos, son muy esquivas; tanto para sembrarlas como para uno cogerlas. Son plantas que no se pueden ir cogiendo e, a cualquier hora, tienen sus horarios que hay que saberlas coger; es decir en los horarios de la mañana o en los horarios de la noche, no las debemos coger cuando están mojadas, porque hay plantas que son muy delicadas; no las debemos. Hay algunas plantas que no se pueden coger cuando estamos con la menstruación, porque se seca. No sé por qué, pero yo si he sí he visto que ha pasado eso en algunas plantas que son muy esquivas para uno, para uno sembrarlas e, no, no le pegan a cualquier persona usted las siembra y ellas se pegan, y ellas se quedan allí; no levantan y de pronto se mueren.

Tenemos que tener en cuenta que para que las plantas nos peguen debemos cultivarlas ojalá solo con abonos orgánicos, para poder que las plantas se cultiven. Y siempre, debemos tener en cuenta que las plantas se deben sembrar más que todo los cogollitos para que ellas peguen; las debemos sembrar en bolsitas, por decir en bolsitas de arroz,

pequeñitas; con tierra abonada, con solo abono orgánico se ponen allí unas tres semanas, o un mes; y ya luego se trasplantan al sitio donde ya tú las vas a dejar, así sea en macetas, así sea en la tierra, pero igualmente deben ir sembradas con tierra abonada, solo con abono orgánico, para poderlas cultivar; las pantas que son esquivas: Como es la ruda entre ellas y la mata de cedrón que son unas plantas muy esquivas para, para cultivarlas (Ana Dilma Pechene, 2020, diálogos).

3.1. 2 Sana alimentación

Nuestras sabedoras campesinas, también nos compartieron sus conocimientos para fomentar una sana alimentación relacionada con las plantas medicinales, la señora Orfilia (2020) menciona que:

Es bueno para los niños, cuando les da gripa de forma frecuente, tener emulsión de Scott de la blanca, que no sea la de sabores y la cola granulada junto con el vino blanco, entonces uno hace esos preparativos y les da a los niños una cucharada por la mañana y otra por la tarde a la hora de acostarse, nunca le da gripa a esos niños, es bueno porque sube mucho las defensas; porque sabe que pasa que como a uno lo criaron a base de colada de plátano, entonces, a los niños hoy en día, hay muchas cosas para que le den a esos niños yo no le tengo fe a eso, que las leches que las compotas, por ejemplo, esos mecatos que a ellos acostumbra, que los chitos, todas esas cosas así, eso no es ningún alimentación para un niño, eso es un mecato goloso que ellos les gusta porque son dulces, que no sé qué, pero eso no es ninguna golosina alimenticia para un niño.

Entonces, a uno le daban la colada de plátano y es fabulosa la colada de plátano y si hay leche pues le echa y sino así no más y panelita, vea es que el plátano es una cosa pero buenísima, (Observa el plátano que está al frente de nosotros) a uno lo criaron con eso, y unos teterados de eso y hasta sin leche (risas) y aquí estamos, yo no les tengo fe a esas

leches así, porque eso son cosas golosas para los niños, ellos son felices tomando esas leches de caja, eso es dulce, eso es criadero de lombrices, parásitos y de allí viene la desnutrición, más que todo para los niños porque ellos pues quieren es tomar eso y no toman una cosa... y las mamás también, me van a perdonar son felices que les dan esas cajadas, dele a esos niños, repite (yo no le tengo fe a eso) eso no es algo alimentico para los niños, eso es algo... en cambio usted le da al niño un teterado de colada de plátano no hay necesidad de que pues tenga que estarle dando de comer porque eso lo nutre mucho.

La señora Ana Dilma Pechene, menciona que en la alimentación sirven muchas plantas medicinales, que ella las utiliza, por ejemplo, utiliza mucho el limoncillo en la agua de panela, cuando, tiene mucha gripa; también, usa la raíz de limoncillo con panela y le agrega limón, es decir, le echa un limón en casquitos, y lo echa a cocinar junto con el limoncillo y la panela, se deja que hierva y cuando ya haya hervido, también si se quiere, se le puede echar un poquito de jengibre y ya, cuando ha hervido se toma caliente cuando se está con resfriados. Recomienda que se puede tomar de seguido, porque no hace daño. Así mismo, para la gripa se usan las hojas del limoncillo, con el agua de panela para tomarla y generar defensas. El cedrón también se puede utilizar en agua de panela, pero se debe usar muy poquitico, le da un sabor rico al agua de panela.

La señora Ana Dilma, nos comenta que usa el orégano en todas las comidas, para arreglar las carnes, para hacer las salsas. También personalmente lo utilizo, y lo utilizo para hacer vapores, para descongestionar cuando se tiene problemas de respiración, la sabedora nos refuerza la idea del consumo de las plantas medicinales en los alimentos:

El perejil también lo uso en las comidas, lo preparo junto al arroz; o preparo en la comida, y en las carnes, también lo preparo para hacer carnes a la plancha, y lo he utilizado para

tomarlo, como para limpiar los riñones. También lo he utilizado, es muy bueno, porque es un diurético; y tú empiezas a eliminar, eliminar, te va a dar mucha orinadera, entonces tú empiezas a eliminar. Quiere decir que vas limpiando un poco, los riñones, lo cocino con agua y puedo tomar todo el día; me cocino agua del tamaño de una botella y la tomo todo el día y la tomo por unos cuatro o cinco días; y ahí paro. Entonces, siempre las utilizo, pero no la hago constante no, sino que lo hago como para seguir limpiando mi organismo (Ana Dilma Pechene, 2020, diálogos).

El cilantro se usa en todas partes, es una plantita que es parte de la tradición de los hogares caucanos y es un alimento que también es muy bueno, una planta que también sirve la raíz, para utilizarlo con otras plantas, mezclándolas, para cuando se tiene esas gripas fuertes. “Las hojas de naranjo agrio, se utiliza para preparar el champús; eso le da un sabor muy rico al champús casero, el que se prepara en casa. También las hojas de naranjo dulce sirven para calmar los nervios” (Ana Dilma Pechene, 2020, diálogos).

De esta manera, se puede ver como las plantas medicinales rodean la sazón de los hogares moralenses que, de una u otra manera, les dan su toque selectivo a los alimentos y que reflejan los saberes de las mujeres campesinas que pasan de generación en generación para alimentar saludablemente a sus familias; de esta forma, se plantea que como es un ejercicio inacabado, se proyecta que las mujeres sabedoras puedan ser incluidas en las Instituciones como portadoras de un gran conocimiento alrededor de los y las estudiantes que son las generaciones que van surgiendo.

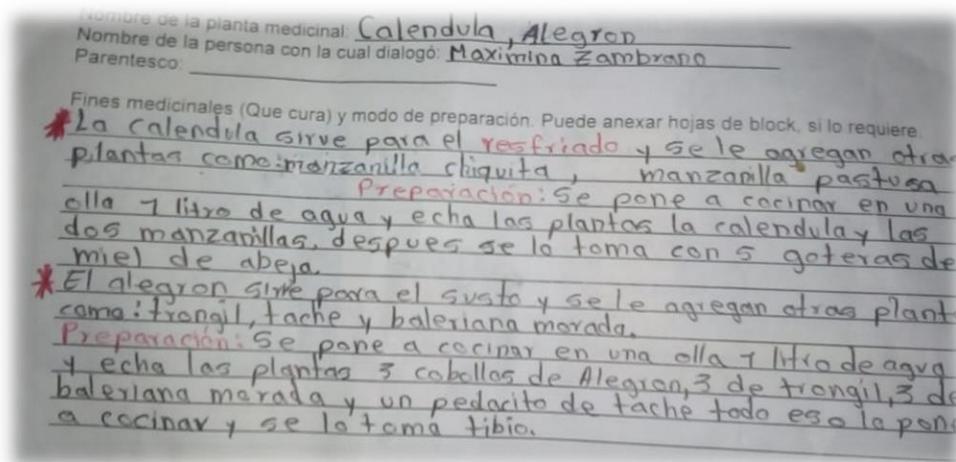
4. CULTIVANDO SABERES EN CASA EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Dado que no se pudo llevar a cabo la propuesta en las instalaciones de la Institución Educativa, los y las estudiantes realizaron procesos de diálogos, preparación del terreno y siembra de plantas medicinales en sus hogares, para ello, se asesoraron de sus padres y familiares cercanos, donde posteriormente compartieron sus resultados, comenzaremos por la estudiante Kelly Zambrano (2020) del grado noveno uno, que vive en el momento en la vereda Agua Sucia.



Fotografías N° 22: Proceso de plantación de la estudiante Kelly Johana Zambrano del grado 9-1

Se puede evidenciar que la estudiante usó bolsas de arroz, como una forma de reutilizar este elemento y contribuir a la protección del medio ambiente, Kelly menciona que ella dialogó con su madre, la señora Maximina Zambrano, ella le brindó las siguientes recetas y posteriormente realizó el proceso de siembra. Todos estos aprendizajes en casa fueron de vital importancia porque hay que tener en cuenta que los y las estudiantes estudiaron desde casa, y el hecho de sembrar y manipular los elementos hace que tengan una apropiación de los saberes, además, que por vivir en zonas rurales le es factible encontrarlas en su medio. En esta medida, Freire (2010) entiende la educación como un encuentro entre seres humanos, mediado por el



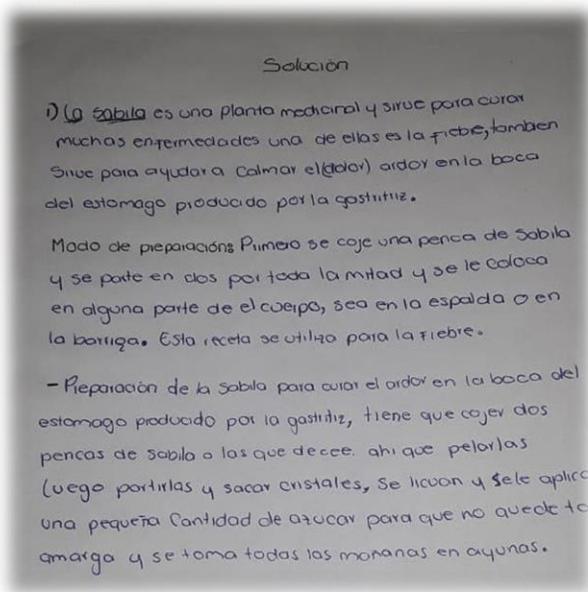
Fotografía N° 23: Receta medicinal de la estudiante Kelly Johana Zambrano.

mundo para pronunciarlo, esto es, para construirlo: Es un encuentro que solidariza la reflexión y la acción de sus sujetos encauzados hacia el mundo que debe ser transformado y humanizado.

Es así como estos encuentros entre las familias fueron solidarios, de apoyo mutuo de compartir, de reflexionar, de unión familiar mientras se cuidaban en sus hogares, todo este proceso de siembra, de cultivar, también fue una forma de realizar otras actividades, de reposo y cuidado emocional familiar.

Una de las plantas medicinales, que una estudiante sembró fue la sábila que al igual que en los diálogos con las sabedoras, es una planta utilizada por las personas, al menos en los hogares se cultiva y con el objetivo de seguir cuidando y conservando estos saberes, la estudiante Daniela Tunubalá del grado noveno dos, que reside en la vereda San Roque realizó el proceso en casa, donde sembró una planta de sábila y manifestó que “fue muy chévere el ejercicio porque aprendió que antes de sembrar una planta hay que saber escoger la tierra que no tenga tantas raíces que hay que remojar la tierra antes de sembrar la planta” Tunubalá (2020) Y también, tener en cuenta los cuidados, por ejemplo, echarle agua pero no en exceso porque se le puede dañar la raíz, si está haciendo mucho sol se le echa agua en la mañana y en la tarde, si el clima va a estar frío y lluvioso entonces no se le echa agua.



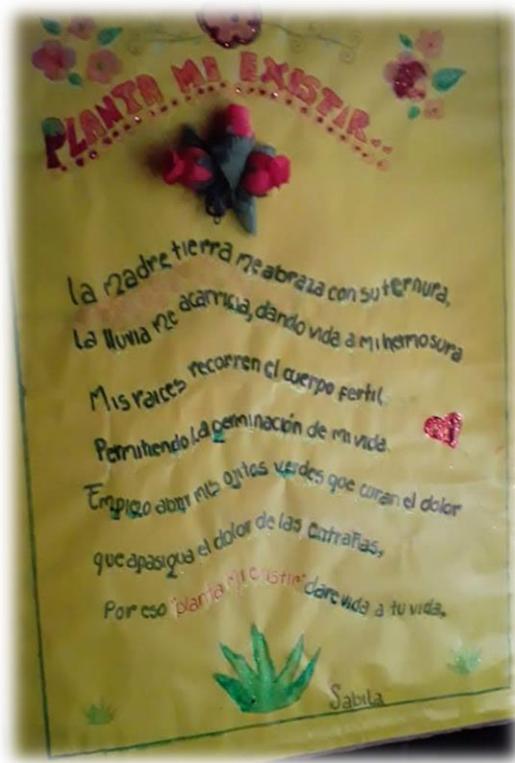


Fotografías N° 24: Proceso de siembra de la sábila, estudiante Daniela Tunubalá de grado 9-2

La sábila es una planta medicinal y sirve para curar muchas enfermedades una de ellas es la fiebre, también sirve para ayudar a calmar el ardor en la boca del estómago producida por la gastritis. Modo de preparación: Primero se coge una penca de sábila y se parte en dos por toda la mitad y se coloca en alguna parte del cuerpo, sea en la espalda o en la barriga.

Esta receta se utiliza para la fiebre. Preparación de la sábila para curar el ardor en la boca del estómago producido por la gastritis, tiene que coger dos pencas de sábila o las que desee, hay que pelarlas, luego partirla y sacarle los cristales, se llevan y se le aplica a una pequeña cantidad de azúcar para que no quede tan amargo y se toma todas las mañanas en ayunas. (Daniela Tunubalá 2020, diálogos).

Daniela termina mencionando que esto lo aprendió de los diálogos establecidos con su madre Eliceth Daza y que este proceso le permitió llegar hasta la creación de un poema a esta planta medicinal, exaltando su importancia desde las letras.



Fotografía N° 25: Poema a las plantas medicinales por Daniela Tunabalá 9-2

Otra estudiante Yesica Calambas de Grado once, la cual reside en la vereda Loma de Oso, recreó un recetario que incluyen diferentes plantas medicinales menciona que, para la construcción del mismo, dialogó con su madre, abuela y sus tías quienes fueron un soporte fundamental, ya que desconocía muchas de ellas. A continuación, se presenta las muestras de su recetario medicinal.

c. Desecho

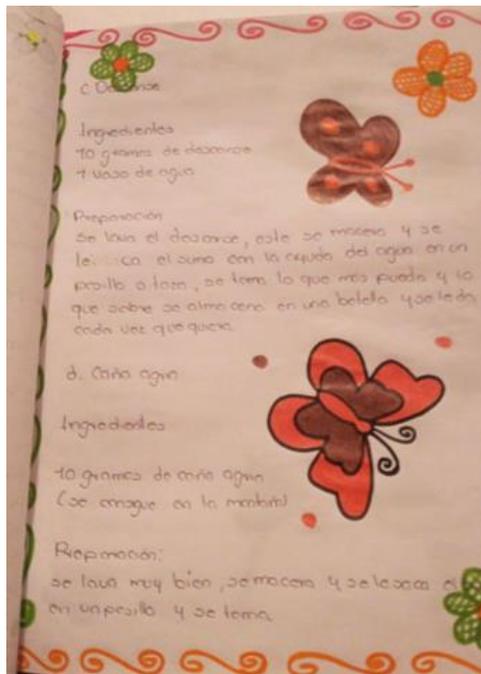
Ingredientes
10 gramos de desecho
1 vaso de agua

Preparación
Se lava el desecho, este se machaca y se le agrega el agua en la medida del agua en un pocillo o taza, se toma lo que más pueda y se que sobre se alma con en una beleta y se toma cada vez que quiera.

d. Cansá agua

Ingredientes
10 gramos de cansá agua
(se consigue en la montaña)

Preparación:
se lava muy bien, se machaca y se coloca en un pocillo y se toma.



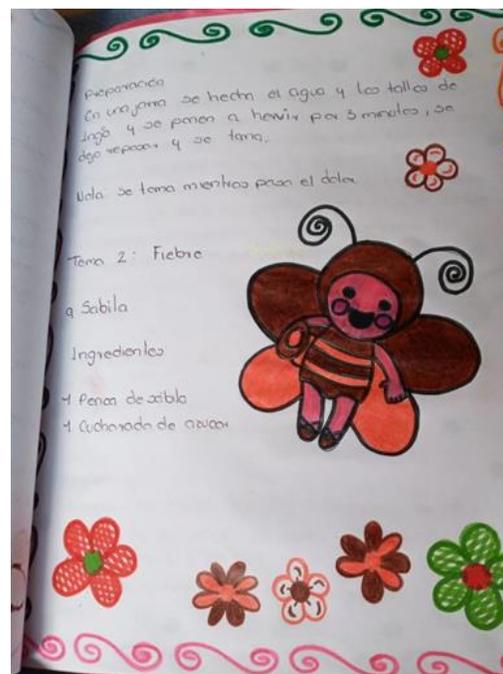
Preparación
En una jama se hecha el agua y los tallos de jirgá y se ponen a hervir por 5 minutos, se deja reposar y se toma.

Uda se toma mientras para el dolor.

Tema 2: Fiebre

a. Sábila

Ingredientes
1 Peca de sábila
1 cucharada de azúcar



e. Verbena

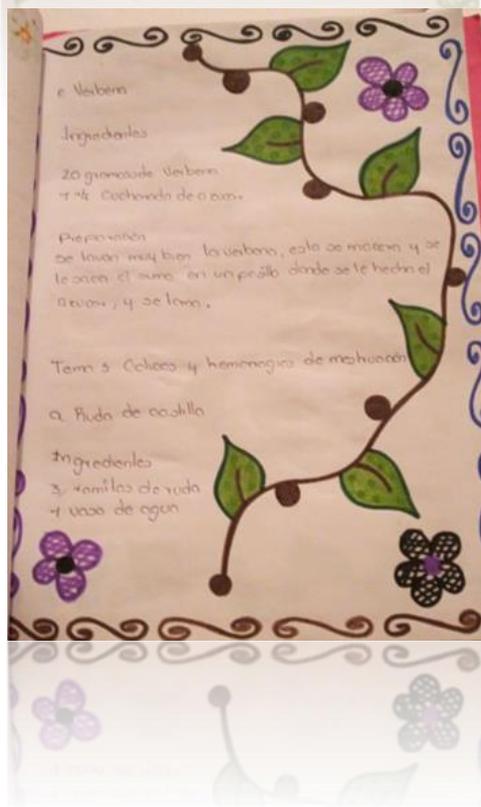
Ingredientes
20 gramos de verbena
1/4 cucharada de azúcar

Preparación
se lavan muy bien la verbena, esta se machaca y se le agrega el agua en un pocillo donde se le hecha el azúcar y se toma.

Tema 3: Colección y homogeneización de machucos

a. Puda de castillo

Ingredientes
3 ramitas de puda
1 vaso de agua

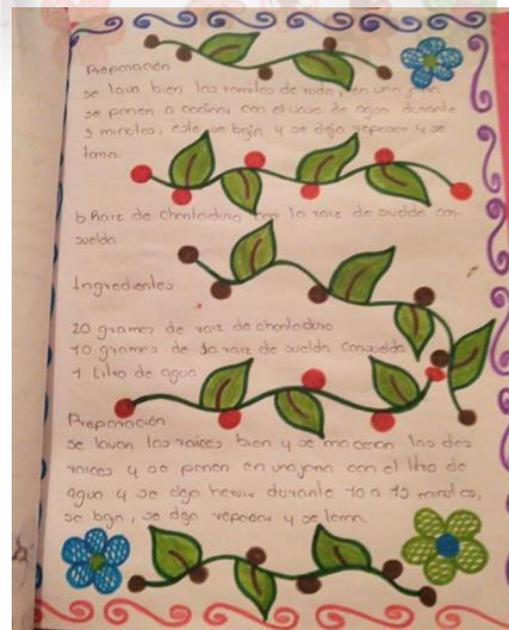


Preparación
se lava bien las ramitas de puda, en un pocillo se ponen a cocinar con el vaso de agua durante 5 minutos, este se baja y se deja reposar y se toma.

b. Raíz de Chantrelina con la raíz de ovidia con agua

Ingredientes
20 gramos de raíz de chantrelina
10 gramos de la raíz de ovidia con agua
1 litro de agua

Preparación
se lavan las raíces bien y se machacan las dos raíces y se ponen en una jama con el litro de agua y se deja hervir durante 10 a 15 minutos, se baja, se deja reposar y se toma.



Dolís de colmago

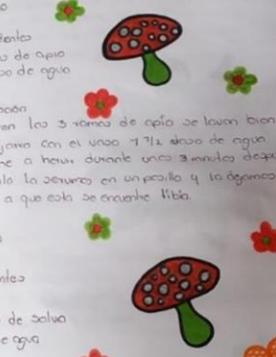
a. Apio

Ingredientes
3 ramos de apio
1 1/2 vaso de agua

Preparación
Se cogen los 3 ramos de apio se lavan bien, en una jama con el vaso y 1/2 vaso de agua se pone a hervir durante unos 3 minutos después de bignite la seawas en un pasillo y lo dejamos reposar a que está de ambiente fría.

b. Salvia

Ingredientes
3 cogollos de salvia
2 vasos de agua



Preparación
En una jama se pone a hervir los 2 vasos de agua, después se lavan los 3 cogollos de salvia, se ponen en un pasillo, se le hecha el agua hirviendo, se tapa durante unos 3 minutos y se toma. (esto se toma enfriado).

c. Chicharon

Ingredientes
3 cogollos de chicharon,
2 vasos de agua

Preparación
Se lavan los 3 cogollos de chicharon, este se pone en una jama con los 2 vasos de agua, se pone al fuego durante unos 3 minutos, se bigna, se pone en reposo y se toma.



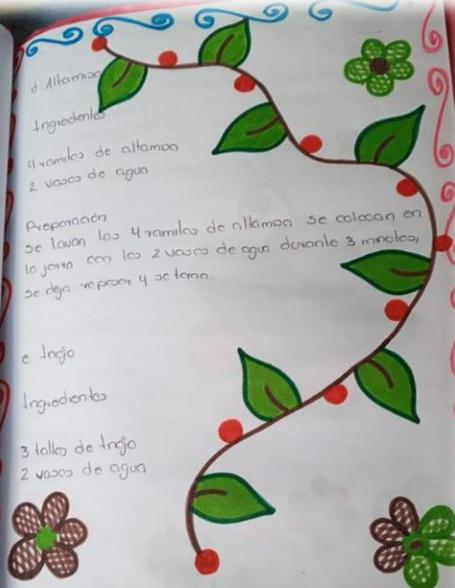
d. Altamisa

Ingredientes
4 ramitos de altamisa
2 vasos de agua

Preparación
Se lavan los 4 ramitos de altamisa se colocan en la jama con los 2 vasos de agua durante 3 minutos, se deja reposar y se toma.

e. Injio

Ingredientes
3 tallos de injio
2 vasos de agua

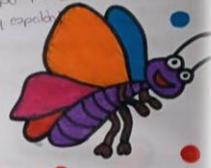


Preparación
Se corta la pancia de sábila se deja un tiempo se corta la pancia de sábila se deja un tiempo para que bala el oxido, de ahí se saca el cristal, se lava hasta que no tenga la baba que contiene, después se pone el cristal y el azúcar en la lavadora, esto se lava hasta que quede como un panche, se sirve un pasillo y se toma, este también se puede aplicar en el cuerpo para disminuir la temperatura. (frente, pecho y espalda).

b. Fresa

Ingredientes
3 hojas de fresa
1 cucharada de azúcar (si se desea tomar)

Preparación
Primero se lavan las hojas de fresa y se mueren y se usa en el sumo y se aplica en el cuerpo (frente y pecho). Si se desea tomar se le agrega la cucharada de azúcar la suma.



Fotografías N° 26: Recetario de plantas medicinales. Yesica Calambas de grado once.

Por tanto, con este proceso de escritura la estudiante realiza una acción que quedará plasmado para la posteridad donde estos relatos orales pasan a ser grabados mediante la escritura y pueden ser un referente para otras consultas y para que estos saberes no mueran. Así mismo, realizó un proceso de siembra de una planta medicinal como proceso propio de aprendizaje.



Fotografías N° 27: Proceso de siembra del apio. Yesica Calambas grado once.

4.1 Plantas medicinales y Covid – 19

Esta investigación estuvo marcada por una pandemia que circunda nuestros contextos lo que nos llevó al aislamiento, primero obligatorio, posteriormente al aislamiento preventivo, tuvimos cambios abruptos en todos los ámbitos de la vida, es por ello, que cuando establecimos los diálogos con las mujeres sabedoras campesinas fue imposible no hablar del tema.

Desde los saberes de la señora Orfilia Arce, ella menciona que hay que comprar el árbol del eucalipto, porque este lo están usando las comunidades indígenas para combatir el Covid-19. Según lo que ella, ha escuchado el Covid ataca a las personas que están bajitas de defensas,

principalmente los pulmones, “entonces este virus lo agarra y bien agarradito, pero mire que para la tos y para todo eso, es muy bueno estar tomando la aromática de eucalipto dos tres hojitas y si tiene miel de abeja le echa una gotitica y ya se la toma, entonces, eso fortalece mucho los pulmones, el eucalipto, pues eso más que todo ataca las vías respiratorias, entonces es bueno” (Orfilia Arce, 2020, diálogos).

Las comunidades indígenas en el departamento del Cauca debido a la propagación del Covid-19 implementaron controles territoriales, y para ello, hicieron usos de las plantas medicinales donde la misma comunidad, con la colaboración de sus mayores compartieron sus saberes, durante este tiempo prepararon esencias a base de ortiga, yerbamora y yerbabuena, es por ello, que las vías nacionales que pasan por los territorios indígenas debían pasar por las cabinas de desinfección que se instalaban a base de sahumero de eucalipto, y se debía pasar obligatoriamente. Marcos Aníbal Tote Chaman indígena del pueblo (Totoró – Cauca) menciona que también usan la lana de ovejo esta debía estar en los controles para armonizar según ellos, es un esfuerzo de las comunidades ante el olvido por parte del gobierno en tiempos de pandemia.

También, se encuentra el caso de la señora Mariana quien lleva viviendo 79 años en el municipio de Tuchín, Córdoba y desde los diez años practica la medicina tradicional, ahora los usa para combatir los síntomas del virus, por ejemplo, usa el orégano, el quita dolor, la manzanilla y pone una olla a cocinar y lo tapa con hojas de plátano, sirve para la gripa y los dolores de garganta.

En este sentido, podemos ver como las plantas medicinales, frente a toda esta situación han sido un factor enriquecedor ya que estamos a puertas de finalizar el año 2020 no hay una cura

efectiva, frente a este virus. Así, mismo la señora Norma menciona que su hija Yesica si es bien experta en estos rituales de limpieza, porque hace pocos días en el Cabildo realizaron una asamblea por parte de los indígenas en la vereda Loma de Oso y ella pudo vivenciar todo este ritual.

Yesica nos comparte, que las plantas que utilizan se encuentran verdes, ese día había una reunión, porque nosotros somos afiliados a un cabildo, entonces, vinieron los de Silvia y por cuestiones de seguridad nos tocaba hacer el sahumero, para limpiar, pero como no es tradicional de acá, pero siempre se debe hacer lo tradicional y llevar a cabo lo que digan nuestros ancestros, entonces, pues ese día empezaron y colocaron como un rancho, encerrado de estopilla verde se dejan espacios en la parte superior para que salga el humo, ahí se hace candela, tiene que estar el eucalipto verde, el pino, naranjo, son las ramas y se van echando ahí y a medida que eso se va calentando, pues ellas ya van cogiendo calor, se va secando y van prendiendo, pero para que solo salga humo, toca que estar echándole a cada ratico las cosas verdes y eso es lo que hace salir el humo. Y eso te ayuda. Lo que entendí de los mayores de Silvia es que había que atraer el humo, que el entrara e hiciera efecto, a pesar del viento, ellos hacían así y el humo se iba hacia ellos (Norma Velasco, 2020, diálogos).

Es por ello, que se hace necesario seguir conservando estos saberes, trabajar con las comunidades indígenas y compartir conocimientos que permitan afianzar todas estas tradiciones que se entretengan alrededor de las plantas medicinales, fomentar estas prácticas con los jóvenes que muchas veces viven en rodeados de la tecnología, de las modas y que rechazan lo que pueden aportar los mayores para un buen vivir.

5. LA RUTA SEGUIDA

Esta investigación se mueve bajo la investigación cualitativa, ya que tiene en cuenta los sentires y pensamientos de sus participantes porque hacemos uso de nuestros cinco sentidos para acercarnos a las personas, un estilo de aprehensión táctil que se entretajan en cada espacio, un ejercicio de narrar los territorios desde las voces de sus habitantes un cúmulo de saberes y conocimientos germinados en la práctica del diario vivir, es un proceso con mujeres que aún creen y realizan prácticas alrededor de las plantas medicinales mujeres que pertenecen a diferentes veredas del municipio de Morales, quienes se sienten orgullosas de ser campesinas y desean seguir alimentando todo lo que saben. En este sentido, Salgado (2007) propone que en la investigación cualitativa,

El conocimiento es construido socialmente por las personas que participan en la investigación, en este sentido la tarea del investigador es entender el mundo complejo de la experiencia vivencial desde el punto de vista de quienes la experimentan, así como, comprender sus diversas construcciones sociales sobre el significado de los hechos y el conocimiento, todos los participantes se involucran en un proceso interactivo, así el conocimiento resulta de la interacción social y de la influencia de la cultura. (p.2)

Así la investigación cualitativa hace parte de la Educación Popular, pues se hace propicia para entender a los sujetos que participan en este proceso, a través de ella podemos comprender su contexto, sus miedos, sus esperanzas y podemos establecer un camino que nos conduzca a la emancipación de todos y todas.

Bajo estos postulados el enfoque metodológico por el cual caminamos fue desde la Investigación Acción, pues esta encuentra rutas para entender como las personas que hacen parte

del municipio de Morales y conciben sus vidas desde los conocimientos de las plantas medicinales y su relación con el entorno, haciendo uso y aprovechamiento de lo que el campo les provee, Restrepo (2005) describe:

Que Lewin concibió este tipo de investigación como la emprendida por personas, grupos o comunidades que llevan a cabo una actividad colectiva en bien de todos, consistente en una práctica reflexiva social en la que interactúan la teoría y la práctica con miras a establecer cambios apropiados en la situación estudiada y en la que no hay distinción entre lo que se investigaba, quién investiga y el proceso de investigación. (p. 159).

En este sentido, todos y todas tienen cabida en el proceso, que busca que tengan participación activa de reflexión dentro de sus comunidades y a nivel personal; no obstante hay que precisar que esta investigación estuvo permeada por la pandemia la cual nos condujo a un aislamiento obligatorio y posteriormente a un aislamiento preventivo donde tuvimos que reorientar este caminar para llevar a buen término esta investigación, por ende muchas de las actividades pensadas para trabajar en comunidad de forma grupal se debieron redireccionar, eso sí, sin dejar de lado los principios de la EP donde con las mujeres sabedoras y las estudiantes se forjaron relaciones horizontales de diálogo y colaboración, dejando de lado su condición social, económica, política y religiosa, pues lo importante fue es y será reafirmar su papel de mujeres sabedoras campesinas dentro de la comunidad y la sociedad.

En cuanto a las estudiantes, esta semilla permite forjar mujeres jóvenes empoderadas de su existir, de su papel dentro de su familia y su comunidad donde seguir conservando los saberes tradicionales alrededor de las plantas medicinales les permite tener una visión de vida diferente y repensar en lo que se aproxima después de la pandemia, porque volver a llevar el ritmo de vida a

la que estábamos acostumbrados tardará mucho tiempo o posiblemente no volverá a ser igual, pues iniciamos año 2021 y aun no llega la vacuna y el hecho de seguir cultivando estos saberes, permite una forma de salud sostenible en casa y dentro de las comunidades; también fortalece los diálogos con personas mayores pues muchos los dejan de lado porque según ellos “no tienen nada que aportar” un pensamiento erróneo ya que en los saberes populares y en la experiencia forjada con los años se encuentra mucha sabiduría y conocimiento y es ahí, donde las generaciones recientes podemos establecer vínculos de aprendizaje mutuo, de respeto, de tolerancia, valores que aclaman a gritos las sociedades del mundo de hoy.

Así mismo este caminar me permitió crecer como persona fortaleciendo mi identidad como mujer campesina y mi papel dentro de mi familia y mi comunidad, se revitalizaron saberes con los procesos de siembra y uso de las plantas medicinales, pues cuando nos hemos enfermado o alguno ha presentado alguna dolencia y más en la época de lluvias donde los resfriados y la gripa se ha hecho frecuente hemos recurrido a la medicina natural, combatiéndolos con las agüitas que se preparan en casa; también hay que resaltar el intercambio de saberes con las mujeres sabedoras y las estudiantes en este sentido se realiza un proceso de reivindicación con los olvidados con los y las campesinas quienes se ven beneficiados directa o indirectamente integrando a las instituciones educativas.

En este sentido, la investigación acción integra la práctica, el nivel crítico y emancipatorio que se evidencia en este proceso. En cuanto a la práctica, según Colmenares (2008) se conoce con este nombre porque busca desarrollar el pensamiento práctico, hace uso de la reflexión y el diálogo, transforma ideas y amplía la comprensión. En relación a la ontología que subyace en esta modalidad, está representada por la interpretación, los significados de las

acciones que cada persona hace sobre la realidad, existe una interrelación permanente con el otro; la epistemología se define por esa interacción, esa relación de integración, de grupo, elimina por completo la separación del investigador y lo investigado.

Este ámbito que involucra la práctica se evidenció en el diálogo de saberes un diálogo que no encasilla y que permite conocer la vida del otro, son encuentros dialógicos que acompañados de una taza de café o de aguapanela tiende a la liberación de los presentes, en este sentido, “el diálogo es fundamentalmente un proceso comunicativo mediante el cual los participantes tienen una clara intención de comprenderse mutuamente” (Bastidas, 2009, p. 4) y en estas prácticas descolonizamos “para abrir procesos de cambio para que los pueblos subalternizados se liberen de las instituciones, mentalidades y comportamientos heredados de la modernidad occidentecéntrica, colonial y globalizada” Bonet, (2011).

Bastidas (2009) menciona que en un escenario dialógico como el que se plantea, la cultura no puede asumirse como una barrera que estorba la comunicación. Por el contrario, la cultura constituye un aporte que los grupos humanos hacen al mundo, y en especial un acervo de conocimientos necesarios para crear; además, la cultura, o mejor las culturas, desde el reconocimiento de la diversidad, son sistemas simbólicos compartidos de formas tradicionales de vivir y trabajar juntos, fundamentales para la vida en sociedad.

La práctica también se vio reflejada en la siembra de las plantas medicinales en casa como un proceso de resistencia frente a los medicamentos, en el compartir esquejes para sembrar en casa, además, que estas prácticas no tienen un costo monetario las mujeres campesinas regalan

las plantas medicinales y muchas veces las ponen a prender y luego las donan, son acciones de corazón, de un dar para multiplicar, de un saber solidario para la vida y con la vida en resistencia.

Como se mencionó anteriormente el diálogo de saberes fue crucial en esta investigación, el cual se trabajó desde el ámbito educativo, comunitario y a nivel personal, porque desde Freire (2010) entiende que la educación es un encuentro entre seres humanos mediado por el mundo para pronunciarlo, esto es para construirlo: Es un encuentro que solidariza la reflexión y la acción de los sujetos encauzados hacia el mundo que debe ser transformado y humanizado.

Bastidas (2009) menciona que no hay diálogo si no existe una intensa fe en los hombres, en su poder de hacer y rehacer, de crear y recrear, fe en su vocación de ser más que no es privilegio de algunos elegidos sino derecho de todos los hombres y esa fe se ve reflejada en que ellos y ellas son importantes en el proceso, es importante lo que conocen, lo que han vivido, sus creencias, sus sueños, su familia entre otras, porque son esas acciones las que les dan identidad como sujetos dentro de la sociedad.

Los diálogos con las mujeres sabedoras en su mayoría fueron presenciales en sus casas, lo cual posibilitó grabar las conversaciones, fueron encuentros en donde el diálogo fue ameno y solidario y basado en relaciones horizontales, lo cual es fundamental porque se puede leer los gestos de las personas, cuando hacen énfasis en algo, se siente esa armonía que solo se puede dar bajo la presencialidad, no obstante, el proceso con las estudiantes si fue a través de tecnologías de la información como el WhatsApp, las llamadas telefónicas y desde ahí pudimos compartir, sus prácticas, sus diálogos, sus escritos que fueron enviados a través de fotos fortaleciendo desde estas prácticas su identidad dentro del territorio moralense.

En cuanto a la modalidad crítica o emancipatoria que se presenta en esta investigación (Colmenares, 2008) le añade la emancipación de los participantes a través de una transformación profunda de las organizaciones sociales, lucha por un contexto social más justo y democrático a través de la reflexión crítica. Incorpora la teoría crítica se esfuerza por cambiar las formas de trabajar, hace mucho énfasis en la formación del profesorado, está muy comprometida con las transformaciones de las organizaciones y la práctica educativa a lo que Colmenares enfatiza:

En esta última modalidad la realidad es interpretada y transformada con miras a contribuir en la formación de personas más críticas, más conscientes de sus propias realidades, posibilidades y alternativas, de su potencial creador e innovador, autorrealizados; por lo tanto epistemológicamente se puede señalar que existe una dialogicidad permanente entre los grupos de investigación, dónde no existen jerarquías, ni expertos, todos los miembros están en el mismo nivel, son responsables de las acciones y las transformaciones que se generen en el proceso investigativo. (Colmenares, 2008, p. 9)

Esta postura crítica continúa, pues poco a poco nos hemos ido dando cuenta como el sector salud, se ha vuelto un negocio cuando se va al médico sea cual sea la dolencia, lo único que recetan es ibuprofeno, amoxicilina y todo ello, es para todos y todas; entonces resulta que desde nuestra praxis hay que hacer resistencia, combatir con nuestras acciones este tipo de actividades que se lleva a cabo haciendo uso de los saberes populares y comunitarios alrededor de las plantas medicinales. De este modo, la crítica se hace hacia afuera y hacia dentro empezando porque nos conlleva a cuestionarnos, por ejemplo, ¿Cuál es mi papel frente a estas situaciones? ¿Cómo puedo aportar a mi comunidad? Así reflexionamos y compartimos todo lo que sabemos para que el conocimiento no esté monopolizado, sino que pueda llegar a muchos movilizándolo los saberes, movilizamos nuestra salud en busca de un mejor porvenir.

5.1 Educación popular y procesos interculturales

La Educación Popular se ha movido a través de la historia y con el tiempo ha encontrado nuevos escenarios y nuevos discursos, esto se debe, a los cambios que han acaecido a nivel mundial y por supuesto a nivel latinoamericano, que ha conllevado a repensar el actuar en esas tendencias del mundo capitalista, que junto a la reflexión autocrítica de quienes se mueven en la EP y el resurgimiento de nuevos actores colectivos, como: los indígenas, campesinos, afrodescendientes, sindicatos, comunidad LGTBIQ+ y feminismos, que buscan la reivindicación de derechos y la igualdad de condiciones dentro de una sociedad que muchas veces se muestra indiferente con el otro.

En esta perspectiva, la Educación Popular, ha posibilitado una lectura crítica del mundo social vigente en todos los ámbitos de la vida, una crítica al orden injusto capitalista propio de nuestras sociedades, es decir, un cuestionamiento a lo que nos rodea, a nuestro actuar y a los paradigmas establecidos en la educación, es por ello, que “un rasgo central e irrenunciable de toda propuesta educativa popular es su clara intención política por transformar las condiciones opresoras de la realidad actual, para contribuir a la construcción de una nueva sociedad más justa, democrática” Torres (2007, p. 21) y una sociedad que promueva la soberanía medicinal dentro de los territorios y los hogares.

Es así, como la EP me permitió conocer otras rutas, tener otras perspectivas de vida a nivel personal, comunitario y educativo; entender como ella, permea todos los espacios de la humanidad si lo permitimos y que podemos construir, reconstruir en conjunto, viendo a la otra como un igual y que siempre tendrá algo que enseñarnos. Mi conocimiento alrededor de las

plantas medicinales ahora es más amplio, el cual a partir de este caminar, podré compartir con estudiantes, docentes y comunidad en general que lo desee.

No es desconocimiento que tiempo atrás, la mayoría de la población vivía en el campo, por ende cultivaba el campo, sin embargo, con la llegada de la modernidad, la globalización las personas comenzaron a migrar hacía los centros urbanos, hacía las ciudades y hoy en día, este suceso es más notorio, pues trabajar en el campo es una ardua labor que muchas veces no compensa todo lo invertido; pues el olvido, la corrupción irrumpe el campo colombiano y sumado a ello se muestran un marcado ambiente de discriminaciones, inequidades, exclusiones y desigualdades hacia quienes habitan estos ambientes vivificantes y se mueven bajo otras dinámicas.

Las poblaciones de las zonas rurales en su mayoría no culminaron sus etapas escolares, desconocen el manejo y uso de la tecnología y lo que los mueve en todo su furor son sus saberes populares, adquiridos con la experiencia, con los años, en el diálogo abierto y espontáneo con otros pobladores y bajo estas concepciones se han ido tejiendo procesos interculturales los cuales han permitido la construcción de un amplio bagaje de conocimientos que los identifican como sujetos dentro de la comunidad, específicamente alrededor de las plantas medicinales.

Es por ello, que hace necesario puntualizar a qué se hace referencia cuando hablamos de procesos interculturales, en esta dirección, Castillo (2015) nos muestra una serie de aristas a nivel educativo, en el plano de las políticas públicas y en el terreno de las luchas y el activismo, como se plantea la interculturalidad, en este sentido, ella especifica que:

La interculturalidad, como noción reciente en el campo de la educación, representa un complejo entramado de significados, apropiaciones y sentidos. Sus orígenes son diversos e incluso contradictorios, según el lugar de producción de sus definiciones más precisas. Sus usos en el plano de las políticas públicas y las agendas globales educativas son un verdadero calidoscopio en el cual figuran tensiones y convergencias propias del multiculturalismo del fin del siglo XX. En el terreno de las luchas y el activismo de los denominados movimientos étnicos, esta noción adquiere relevancia ideológica para confrontar los asuntos del poder, la exclusión y la subalternidad. (p. 1)

En esta perspectiva, la interculturalidad ha sido un asunto constante de acción – reflexión, de replanteamientos, no obstante, desde las especificidades de Castillo (2015) podemos decir que la interculturalidad es un ejercicio político, puesto que busca llegar a la creación de condiciones para el establecimiento de relaciones horizontales de diálogo entre pares. Es decir, la interculturalidad comprende las relaciones generadas y vivenciadas desde la valoración y el respeto por el otro, de esta manera, ambos se enriquecen de manera dinámica y recíproca.

Por consiguiente, estos procesos interculturales posibilitaron ese compartir entre las mujeres sabedoras campesinas de diferentes veredas del municipio de Morales y diversos orígenes culturales, así mismo, las estudiantes establecieron diálogos intergeneracionales entre sus familiares, quienes fueron los portavoces de estos saberes ancestrales que perviven al paso del tiempo, de este modo, dialogamos sobre la interacción que tienen las mujeres con sus saberes y por ende con su cultura, además estos encuentros interculturales posibilitaron sentir y ver la forma de ser y las características propias de cada persona que participó en este proceso, se

establecieron relaciones interpersonales de respeto donde cada conversación tuvo una manera particular de desarrollarse y comprenderse.

Por tanto, en este proceso se comenzó con la semilla, que va creciendo, pues es un caminar inacabado, en el cual se debe seguir trabajando de la mano de las comunidades, las cuales se irán involucrando de forma más participativa en estos campos y así lograremos la construcción de lazos de compañerismo, colaboración, solidaridad, respeto que tanto se requiere en estas épocas en las que se busca a toda costa el aislamiento social.

Esta concepción implica una relación democrática, en la cual la educación está al servicio de los seres humanos para que se construyan a sí mismos, se transformen y fortalezcan sus capacidades para actuar en el mundo. Una posibilidad que se da en la medida que los actores amplíen su comprensión de la realidad, sólo posible por medio de una posición crítica, enmarcada dentro de procesos de reflexión. En este sentido la teoría, producto de la reflexión y la práctica, constituyen una unidad dialéctica: “La acción se hará praxis auténtica, si el saber que de ella resulte se hace objeto de reflexión crítica” Bastidas, (2009).

Consecuentemente, se trabajó con cinco mujeres sabedoras de diferentes veredas del municipio de Morales, estudiantes de grado once y noveno de la Institución Educativa Agropecuaria Máximo Gómez, se recopiló información con el diario de campo, la grabación de audios, se utilizó el WhatsApp, las fotografías, los cuales fueron medios para llevar a cabo esta investigación en la que el diálogo fue el elemento dinamizador de la construcción de saberes y prácticas alrededor de las plantas medicinales.

6. CONCLUSIONES

Cómo se mencionó anteriormente los saberes alrededor de las plantas medicinales ha existido desde los tiempos originarios, donde la evolución de la industria farmacéutica no estaba en auge, sin embargo, las sociedades fueron evolucionando hasta hoy siglo XXI donde las modas externas llegaron y se instalaron en la vida de las personas llevando poco a poco al desarraigo cultural de muchas de las concepciones de vida que se tenían inicialmente, entre ellas el cultivo y uso de las plantas medicinales en los hogares.

Además, las personas empezaron a acudir de forma frecuente a los hospitales, en busca de una mejora en su salud, sin embargo, lo que les proveen es acetaminofén, amoxicilina por cualquier dolencia que se tenga, todo un entramado crítico que circunda al sector salud, es por ello, que este proceso de investigación es una apuesta política desde la EP enfocada al ámbito educativo y comunitario que una brechas intergeneracionales, donde la construcción de conocimiento sea en conjunto desde el diálogo de saberes para ser sujetos de transformación.

Es de anotar, que, en este caso, las mujeres fueron las representantes de este caminar de ahí la importancia de involucrar al género masculino, para que sean partícipes activos de estos saberes. En este encuentro con las mujeres sabedoras campesinas y el ejercicio de las estudiantes en casa entendemos que esta es una manera de hacerle frente al olvido, al reconocimiento y al valor de los saberes adquiridos por la experiencia y por los relatos orales, una forma de resistencia en cuanto a la imposición de fórmulas y medicamentos que muchas veces no son beneficiosas para el ser humano, en este sentido se gestaron espacios de diálogo y reflexión que nos permite ubicarnos en el mundo como sujetos sentipensantes con nosotras mismas y con el otro.

Hay que resaltar que todo este proceso fue mediado por el diálogo de saberes y como este proceso de investigación me permite visualizar como una acción que realizamos diariamente, no había adquirido tanto sentido como lo es a partir de ahora, escuchar a nuestros mayores es de vital importancia para vitalizar nuestras culturas, nuestras comunidades y nuestra vida misma, ya que en lo personal, tenía un conocimiento limitado sobre las plantas medicinales, pero hoy puedo decir, con convicción que puedo aportar estos saberes a otras personas, gracias a las gratas conversaciones con las mujeres campesinas y el trabajo con las estudiantes quienes compartieron desde sus espacios estos saberes y que dialogando aprendemos todas y todos los partícipes.

Además, realicé el proceso de siembra de plantas medicinales en casa, ya que solo se cultivaba la sábila, hoy en día en nuestro hogar contamos con orozuz, pronto alivio, ajeno, mejorana, cedrón, anís, yerbabuena, romero y albahaca, de este modo, poco a poco iremos fortaleciendo nuestra huerta medicinal, sembrando y haciendo uso de las plantas medicinales las cuales benefician de forma positiva a nuestra familia y a quien las necesite, en este sentido reafirmamos los saberes populares y realizamos la reconstrucción de los mismos.

Así mismo, se da en el ámbito educativo también, necesitamos generar cambios y llevar a cabo propuestas que involucren el contexto comunitario, en donde exista un proceso de enseñanza y aprendizaje con sentido y existencia, una propuesta alrededor de las plantas medicinales que sea transversal a todas las áreas, un proyecto que dinamice nuestras prácticas pedagógicas, en tiempos de pandemia y en tiempos “normales”, es de anotar que muchos estudiantes quedaron excluidos porque no tienen señal de celular, no tienen equipos, y menos conexión a internet; pues esta pandemia agudizó las desigualdades en que se mueve el sector educativo y muchos sectores más, por esta razón unir nuestros esfuerzos para que todos puedan

llevar a cabo este proceso alrededor de las plantas medicinales. En ese sentido, es que Freire nos incita a comprender y asumir la educación como un acto de amor, de coraje; es una práctica de la libertad dirigida hacia la realidad, a la que no teme; más bien busca transformarla, por solidaridad, por espíritu fraternal, por la vida con dignidad.

Todo ello, unido por el diálogo, que es el medio máximo por el cual podemos acercarnos a las personas, para conocer sus sentires, sus saberes, sus perspectivas de vida, sin llegar a la imposición y a una postura vertical dominante, por el contrario, genera confianza, tolerancia y atención, en esta dirección Freire, le da mucho valor a la palabra y señala:

No puede haber palabra verdadera que no sea un conjunto solidario de dos dimensiones indivisibles, reflexión y acción. En este sentido, decir la palabra es transformar la realidad. Y es por ello también por lo que decir la palabra no es privilegio de algunos, sino derecho fundamental y básico de todos los hombres. Decir la palabra significa decirla para otros, significa necesariamente encuentro de los hombres, por eso, es que la verdadera educación es diálogo.

En el ámbito educativo, también se hizo necesario poner en práctica los diálogos intergeneracionales, donde las niñas con edades que oscilan entre los 16 y 17 años hilaban la palabras con mujeres mayores de su familia, desde allí indagaron preguntaron por los procesos de siembra y uso de las plantas medicinales que desde la educación popular es una alternativa que reconoce al otro como sujeto activo, responsable y actor de su propio destino, se fundamenta en el respeto por el otro y en la práctica de relaciones horizontales, que aportan de forma positiva a la sociedad, de igual forma, hay que reconocer que los seres humanos están inconclusos y se construyen en la relación con el otro y con el mundo día a día. Es, por tanto, una relación

permeada de amor, humildad, solidaridad, esperanza, fe y confianza en el otro, donde ambos se hacen críticos en la búsqueda de algo y crean una relación de simpatía; cada persona llega a ser ella misma sólo cuando los demás también lleguen a ser ellos mismos.

Es de precisar que en los procesos de investigación desde los principios de la Educación Popular no existe una exclusiva ruta a la cual debemos ceñirnos, por tanto, muchas oraciones y párrafos anteriormente expuestos se escriben en primera persona del singular, porque se desea eliminar esa fisura de la investigación por allá, lejana y el investigador en otra posición, muy cómoda, hasta imparcial en donde no se afecta. Se escribe en primera persona como una apuesta política y ética, porque me involucre como un sujeto más en la investigación y más cuando este ejercicio se llevó a cabo en pleno aislamiento obligatorio, que hacía necesario llevar todos estos saberes a la práctica personal por la interpelación de sentires, saberes y haceres como educadora y campesina, llevándome a ser consciente de mi transformación personal.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arce, O. (2020). *Sabedora oriunda de la verda La Estrella*. Morales.
- Bastidas, M. &. (2009). *El diálogo de saberes como posición humana frente al otro: referente ontológico y pedagógico en la educación para la salud*. Medellín: Universidad de Antioquia.
- Beltran, L. y. (2017). *Apropiación cultural de una planta europea en la herbolaria tradicional mexicana: el caso del ajeno*. México: Revista Etnobiología.
- Bolaños, E. (2015). *La "suspensión" del glifosato en la erradicación de los cultivos ilícitos en Colombia ¿Una solución humanitaria o un cambio para que todo siga igual?* Universidad Católica de Colombia.
- Bonet, A. (2011). *Utopía y Praxis Latinoamericana*. Venezuela: Universidad del Zulia.
- Brito, L. (2008). Educación popular, cultura e identidad desde la perspectiva de Paulo Freire. En L. Brito, *Educación popular, cultura e identidad desde la perspectiva de Paulo Freire*. Buenos Aires.
- Carretero, E. (2012). *Plantas medicinales en el tratamiento de alteraciones hepato biliares: Diente de león*. Universidad de la Rioja.
- Castillo, G. (2018). *El valor social de los saberes populares*. Navarra.
- Chaustre, A. (s.f.). Educación, política y escuela desde Freire y las pedagogías críticas. *Educación y ciudad*, 101.
- Claros, M. (2008). *Determinación de la actividad ANTI-Helicobacter pylori DE Plantago major (Llantén) Verbena officinalis (Verbena), Caléndula officinalis (Caléndula), Piper angustifolium (Matico) y Rubus boliviensis (Khari khari) por el método de difusión de disco*. La Paz, Bolivia: Universidad Mayor de San Andrés.
- Colmenares, A. (2008). *La investigación acción Una herramienta metodológica heurística para la comprensión y transformación de realidades y prácticas socio-educativas*. Caracas Venezuela: Universidad Pedagógica Experimental Libertador.
- Dewey, J. (2007). La educación nueva: la postura de John Dewey . *Revista electrónica Odiseo*.
- Díaz, M. (2020). *Diálogo de saberes*. Morales.
- Dominguez, M. (1988). *Criterios teórico-metodológicos para la investigación de la juventud*. La Habana: Revista Cubana de Ciencias Sociales.
- Donaldo, M. (2017). *La concienciación como antídoto contra la educación bancaria*. Boston.
- Duque, G. (2018). *Calentamiento global en Colombia*. Manizales: Universidad Nacional de Colombia.

- Espinosa, I. (2007). *Paulo Freire: Una educación a través del diálogo*. México.
- Freire, P. (2004). *Pedagogía de la autonomía*. Sao Paulo.
- Freire, P. (2010). *Pedagogía del oprimido*. Argentina: Siglo veintiuno editores.
- G., R. (2007). *Valeriana (Valeriana officinalis L.)*. Perú: Fitoterapia. Revisiones monográficas.
- García, M. (1967). *Cien años de soledad*. Bogotá: Norma.
- García, M. (2016). *Diente de león una maleza alternativa con múltiples beneficios para la salud*. La Plata: Universidad Fasta.
- Guevara, E. (2018). *Evaluación de la actividad antimicrobiana "in vitro" del extracto hidroetanólico de hojas de Origanum majorana en cepas de Proteus spp.* Ámbato - Ecuador: Universidad regional autónoma de los Andes.
- Guiso, A. (2000). *Potenciando la diversidad (Diálogo de saberes, una práctica, una práctica de hermenéutica colectiva)*. Revista Aportes.
- Hernández, I. (2015). *Uso tradicional de la manzanilla como planta medicinal en el asentamiento Las violetas del municipio de Nebaj, departamento de Quiché*. Nebaj, Quiché: Universidad de San Carlos de Guatemala.
- Interculturales, C. d. (2014). *Manual para la promoción del buen cultivo y uso de plantas medicinales*. Colombia: Centro de Estudios Médicos Interculturales.
- Jácome, A. (2008). *Historia de los medicamentos*. Bogotá.
- Jimeno, J. (2000). *Malva (malva silvestris L.)*. Fitoterapia .
- Lorenzo, K. (2008). El diálogo en la obra de Paulo Freire como referente para el diálogo intergeneracional. En . Buenos Aires: CLACSO, Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales.
- Mejía, K. &. (2000). *Plantas medicinales de uso popular en la amazonía peruana*. Lima, Perú: Tarea Asociación Gráfica Educativa .
- Mejía, M. R. (2014). *La Educación Popular: Una construcción colectiva desde el Sur y desde abajo*. Arizona Estado Unidos: Archivos Analíticos de Políticas Educativas.
- Mercon, J. (2009). Conciencia Social en Paulo Freire: Un diálogo sobre la esperanza crítica. *Revista Ethos Educativo*, 11.
- Monroy, R. (2016). *Conocimiento tradicional de plantas medicinales en la localidad de origen otomí jiquipilco el viejo, temoaya, México*. México.
- Morales, R. (1997). *Plantas y cultura popular: La etnobotánica en España*. España: Quercus.
- Moreno, U. A. (2009). *Mestizaje e Interculturalismo: Diálogos con William Ospina*. Santa Cruz - Bolivia: Universidad Autónoma Gabriel René Moreno. Observatorio Político Nacional.

- Muñoz, A. (2015). *Morfología y anatomía de las flores y semillas de pronto alivio*. Palmira: Universidad Nacional de Colombia.
- Muñoz, D. (2013). *Lectura de contexto: La educación popular como práctica*. Medellín: El Ágora USB.
- Orellana, J. (2013). *Efecto de varias dosis de fertilizante nitrogenado en el comportamiento agronómico del cultivo de hierbabuena en la parroquia de Cone provincia del Guayas*. Milagro Ecuador.
- Ospina, W. (2008). *La escuela de la noche*. Oronet.
- Pechené, A. (2020). *Sabedora oriunda de la vereda San Isidro*. Morales.
- Puertas, M. T. (2014). *Kalanchoe daigremontiana Raym.-Hamet. & H. y su potencial uso como fuente de antioxidantes*. Medellín: Revista Cubana.
- Puma, R. (2019). *Extracción y caracterización de aceite esencial de paico (chenopodium ambrosioides) mediante arrastre de vapor*. Puno - Perú: Universidad Nacional de Altiplano.
- Ramírez, S. (2011). *Fortalecimiento de la identidad cultural y los valores sociales por medio de la tradición oral del Pacífico Nariñense*. San Juan de Pasto: Universidad de Nariño.
- Renobales, G. (2001). *Plantas de interés farmacéutico*.
- Restrepo, B. (2005). *Una Variante Pedagógica de la Investigación- Acción Educativa*. Revista Iberoamericana de educación.
- Reyes, G. (2009). *Diálogo de saberes: plantas medicinales, salud y cosmovisiones*. Bogotá, D.C.: ARFO Editores e Impresores Ltda.
- Reyes, G. (2012). *Inventario español de los conocimientos tradicionales relativos a la biodiversidad*. España.
- Ríos, L. (2020). *Sabedora oriunda de la vereda el Porvenir*. Morales.
- Rivera, T. (1981). *Anatomía y morfología de la raíz de palma de chontaduro*. Palmira: Universidad Nacional de Colombia.
- Rojas, A. (2008). *Cátedra de estudios afrocolombianos. Aportes para maestros*. Popayán : Colección Educación y Cultura.
- Sánchez, I. (2015). *Conocimientos y usos del paico en trastornos digestivos en la población adulta de la parroquia de Salasaca*. Ámbto - Ecuador: Universidad técnica de Ámbato.
- Torres, A. (2008). *Educación popular, trayectoria y actualidad*. Colombia: Imprenta Universitaria UBV.
- Tumbo, L. (2008). *Nuestras hermanas las plantas*. Resguardo Indígena La Laguna, Siberia.

- Vásquez, A. (2015). *Uso tradicional de la ruda como planta medicina en la aldea Río Azul del municipio de Nebaj, departamento de Quiché*. Guatemala: Universidad de San Carlos Guatemala.
- Vega, G. E. (2004). *Instructivo técnico del cultivo de la albahaca*. Cuba.
- Velasco, M. (2020). *Sabedora oriunda de la vereda Veraneras*. Morales.
- Velasco, N. (2020). *Sabedora oriunda de la vereda Loma de Oso*. Morales.
- Zuluaga, G. (1991). Plantas medicinales: ecología y economía. *Universidad del Rosario*, 12.

WEBGRAFÍA

Castillo, E., Guido, S. (2015). *La interculturalidad: ¿Principio o fin de la utopía?* Revista Colombiana de Educación, No. 69. Segundo semestre 2015. Bogotá.

Recuperado de <https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/RCE/article/view/3244>